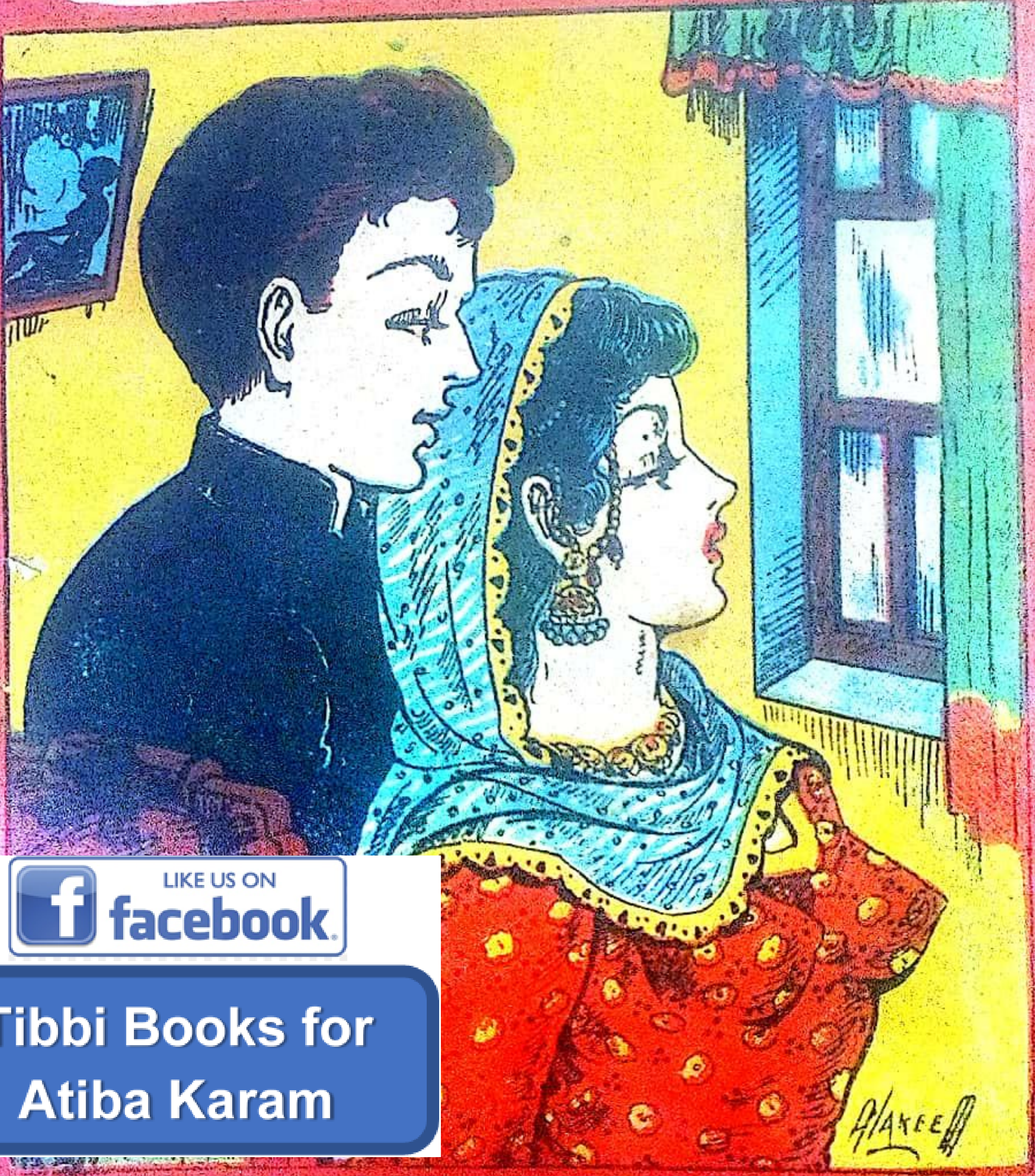
پریم شاستر



LIKE US ON
facebook
Tibbi Books for
Atiba Karam

حمید بک ڈپو نولکھا بازار لاہور

اس کتاب کو صرف وہ لوگ پڑھیں جن کی شادی ہو چکی یا ہونے والی ہو یا بالغوں کے ہاتھ ہی

سنسکرت، عربی، روسی، انگریزی اور فرنچ کی بہترین کتابوں کا نچوڑ!

خاوند بیوی کا راہنما

پریم شاستر!

حکیم علی

حکیم علی ضیاء

مفید معلومات کارآمد نکتے اور ہدایتیں پوشیدہ راز کی

باتیں مرد عورت کے تعلقات پر اردو زبان میں کتاب

حمید بک ڈپو، نولکھا بازار لاہور

قیمت ۱۵/۰۰ روپے

LIKE US ON facebook
Tibbi Books for Atiba Karam

یہ کتاب گھر کا ڈاکٹر

مقبول تحفہ لقمان باتصویر :- حکیم ہے جس میں مختلف

امراض انسانی کے بیشمار اور مجرب نسخے درج کئے ہیں اس کتاب کے مطالعہ سے ایک اچھا آدمی معقول ڈاکٹر حکیم بن کر نہ صرف خدمت خلق کر سکتا ہے بلکہ اپنی آمدنی میں اضافہ بھی کر سکتا ہے ۔

قیمت ۴ روپے

اس کتاب کو روپیہ

اصلی مکمل مقبول ہر فن مولا :- بنانے کی مشین کہا جائے

تو بجا ہے کیونکہ اس کا کوئی ہنر ایسا نہیں جس سے انسان روزی نہ کما سکتا ہو بیروزگار تھوڑے سے سرمایہ سے اس کتاب کے کسی بھی ہنر پر عمل کر کے ہزاروں روپے ماہوار کما سکتا ہے قیمت چار روپے

اصلی مکمل مقبول جڑی بوٹیاں باتصویر

اس کتاب میں قابل مصنف نے طبی اصولوں کے مطابق تمام نسخے مثلاً سرعت، سستی، نامردی، ضعف باہ کو دور کرنے کی تراکیب اور مقوی باہ دوائیں بے ضرر ہیں، نایاب و مجرب طلاء بنانے اور ان کے استعمال پر مکمل بحث کی گئی ہے ۔ قیمت چار روپے

منگوانے کا پتہ

حمید بک ڈپو، نولکھا بازار لاہور ۔

حکیم علی ضیاء

فہرست مضامین

نمبر شمار	مضمون	صفحہ
۱	دیباچہ	۷
۲	پریم شاستر کی تیاری کن کتابوں سے مدد ملی	
	شادی	
۳	شادی کا مقصد	
۴	والدین کی غلطی	
۵	شادی کہاں کرنی چاہیئے	
۶	ناکامیاب شادیاں	
۷	شادیاں ناکام کیوں ہوتی ہیں	
۸	مردانہ کمزوریاں	
۹	مالی حیثیت کا فرق	
۱۰	عمر کا فرق	
۱۱	علم کا فرق	
۱۲	شکل و صورت کا فرق	
۱۳	شادی کامیاب کس طرح ہو سکتی ہے	
۱۴	خاوند کے فرائض	
۱۵	بیوی کے فرائض	۲۰
	سہاگ کی رات	۲۲
۱۶	ملاپ کا کمرہ	۲۲
۱۷	خاوند کیلئے ضروری ہدایتیں	۲۳
۱۸	پہلی رات	۲۶
۱۹	دوسری رات	۲۹
	صحبت	
۲۰	جماع کا وقت	۳۳
۲۱	کس کس حالت میں جماع کی ممانعت ہے	۳۶
۲۲	جماع سے پہلے کیا کیا احتیاطیں کرنی چاہئیں ۔	۳۶
۲۳	جماع کے بعد کیا کیا احتیاطیں کرنی چاہئیں	۳۷

نمبر شمار	مضمون
۲۴	عورت کو آمادہ کرنے کے طریقے
۲۵	عورت کے آمادہ ہونے کی علامتیں
۲۶	عورت خود بخود کب آمادہ ہوتی ہے
۲۷	عورت کے منزل ہونے کی شناخت
۲۸	مرد کیوں پہلے منزل ہوتا ہے
۲۹	عورت کیوں دیر سے منزل ہوتی ہے
۳۰	ایک ساتھ منزل ہونے کا طریقہ
۳۱	مرد کے خصیے باہر ہونے میں حکمت
۳۲	عورت کے خصیے اندر ہونے میں حکمت
	بے اعتدالیاں
۳۳	کثرت جماع کے نقصانات
۳۴	ایک چارپائی پر سونے کے نقصانات
۳۵	عورت میں شہوت زیادہ ہوتی ہے یا مرد میں
۳۶	عورتیں آوارہ کیوں ہوتی ہیں
۳۷	انزال روکنے کے خطرناک نتائج
۳۸	مشت زنی یا جلق
۳۹	جلق کے خوفناک نتائج

نمبر شمار	مضمون	صفحہ
۴۰	اغلام کے خوفناک نتائج	۶۶
۴۱	احتلام	۶۶
۴۲	بغیر دوا کے احتلام کا قدرتی علاج	۶۷
۴۳	امساک	۷۱
۴۴	امساک بڑھانے کی تدابیر اور دوائیں	۷۸
۴۵	ڈاکٹر ہمبری سٹوپس کے خیالات	۸۴
۴۶	امساک بغیر دوا	۷۹
۴۷	ضعف باہ کی شکایات کیوں ہوتی ہیں	۸۵
۴۸	نامردی کے اسباب	۸۶
۴۹	بے اولادی	۸۸
۵۰	مردانہ خرابیاں	۸۹
۵۱	زنانہ نقائص	۸۹
	صحت	۹۰
۵۲	صحت کی بربادی کے اسباب	۹۱
۵۳	معاشرت کی زیادتی	۹۱
۵۴	حیض کی تکالیف	۹۲

نمبر شمار	مضمون
۵۵	سفید پانی کا آنا
۵۶	بچپن کی شادی کے نقائص
۵۷	کھانے پینے میں بے اعتدالیاں
۵۸	برف کے نقصانات
۵۹	شدید پردہ
۶۰	عورتوں سے بدسلوکی
۶۱	چکی کے فائدے
۶۲	چرخے کے فائدے
۶۳	غم اور فکر
۶۴	سر ہبر لنڈ بجین کے خیالات
۶۵	ہنسی اور خوشی
۶۶	جسم اور صفائی
۶۷	پستانوں کی حفاظت
۶۸	بالوں کی حفاظت
	حیض
۶۹	حیض
۷۰	حیض سے پہلے اور حیض کے بعد
۷۱	ایام حیض میں کون کون سی احتیاطیں برتنی چاہیے

نمبر شمار	مضمون	صفحہ
۷۲	لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے کے طریقے	۱۰۹
۷۳	حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی	۱۱۴
۷۴	حمل ٹھہرانے کے طریقے	۱۱۵
۷۵	علامات حمل	۱۱۶
۷۶	رحم میں بچے کی پرورش	۱۱۷
۷۷	اسقاط حمل	۱۱۹
۷۸	بچے کا رحم کے اندر سوکھ جانا	۱۲۰
۷۹	حاملہ کو کون کون سی احتیاطیں کرنی چاہییں	
۸۰	زچہ خانہ اور اس کا انتظام	۱۲۱
۸۱	نطفے میں ماں باپ کی مشابہت	۱۲۲
۸۲	نشہ بازوں کی اولاد	۱۲۴
۸۳	دن کے وقت جماع کرنے والوں کی اولاد	۱۲۴
۸۴	خوبصورت اور تندرست اولاد پیدا کرنے کے طریقے	۱۲۵
۸۵	سنسکرت کتاب کا نچوڑ	۱۲۹
	بچوں کی تربیت	۱۳۰
۸۶	بچوں کی تربیت	۱۳۰

حکیم علی ضیاء

نمبر شمار	مضمون	صفحہ
۸۷	بچے کی خوراک	
۸۸	بچے کے لئے تازہ ہوا	
۸۹	بچے کے لئے علیحدہ چارپائی	
۹۰	دودھ بڑھانے کا قدرتی طریقہ	
۹۱	دائی کا دودھ	
۹۲	بچے کو دودھ پلانے کے متعلق ضروری احتیاطیں۔	
۹۳	چینی کے نقصانات	
۹۴	لباس اور جسم کی صفائی	
۹۵	عورتوں کا سب سے بڑا فرض	
۹۶	پرورش میں کن کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیئے	
۹۷	والدین کی جہالت	
۹۸	دوسری احتیاطیں	۱۴۴
	خانہ داری	
۹۹	امور خانہ داری	۱۴۶
۱۰۰	گرم چولہا اور گرم دل	۱۴۷
۱۰۱	باورچی خانہ	۱۵۰
۱۰۲	فضول خرچی	۱۵۱
۱۰۳	عورتوں کی زیادتی	۱۵۲
۱۰۴	خاوند کے آرام و آسائش کا خیال	۱۵۳
۱۰۵	پہلے زمانے کی عورتیں	۱۵۴
۱۰۶	موجودہ زمانے کی انگریزی خواندہ عورتیں	۱۵۵

مقبول کشتہ جات:- اس کتاب میں فاضل مصنف نے علم کیمیا کے ہر پہلو کی وضاحت کی ہے۔ اس میں چاندی، سونا، تانبہ، فولاد، ہڑتال، کشتۃ الحدید، قلعی، پارہ، شنگرف، نیلہ تھوتھا، یاقوت، مروارید، سنکھ، مرجان، کشتہ وغیرہ بنانے کی آسان تراکیب درج ذیل ہیں قیمت چار روپے

حمید بک ڈپو اچھا بازار لاہور

حکیم علی ضیاء

دیباچہ

ہر نوجوان کی یہ قدرتی تمنا ہے کہ شادی کے بعد اس کی زندگی نہایت پرلطف اور پرمسرت ہو مگر اس کے باوجود بہت کم نوجوانوں کو صحیح معنوں میں خانگی زندگی کی اصل خوشی حاصل ہوتی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ اکثر نوجوانوں کو عورت کے تعلقات صحیح اور ضروری واقفیت نہیں ہوتی ہیں نے اس کتاب میں ایسی باتیں لکھی ہیں کہ نوجوانوں کو شادی سے پہلے معلوم ہونی چاہییں اور شادی شدہ نوجوانوں کے لئے ایسی مفید ہدایات درج کی ہیں جن پر عمل کرتے ہوئے وہ نہ صرف آوارگی سے بچ سکتے ہیں بلکہ شادی کا صحیح اور جائز لطف حاصل بھی کر سکتے ہیں اپنے گھر کو بہشت کا نمونہ بنا سکتے ہیں۔ مختصر یہ کہ نوجوان اس کتاب کی ہدایتوں پر عمل کریں گے تو ان کی زندگی شادی سے تلخ نہیں ہو گی بلکہ پرمسرت گزرے گی۔

مرد عورت کے تعلقات پر جو کتابیں بازار میں فروخت ہو رہی ہیں۔

(۱) وہ اکثر یا تو ولائتی کتابوں کا ترجمہ ہیں جن میں اصطلاحات کی بھرمار ہے اور عوام ان سے پورے فائدے نہیں اٹھا سکتے۔

(۲) بعض کتابیں کسی دواخانہ کی شہرت بڑھانے کی غرض سے تیار کی گئی ہیں اور ایک طرح سے دواخانہ کی فہرست کی حیثیت رکھی ہیں

(۳) بعض کتابوں کی طرز تحریر اس قدر استعمال انگریز ہے کہ انکا مطالعہ بجائے فائدے کے نقصان دہ ہے۔

میں نے جو کتاب آپ کی خدمت میں پیش کی ہے۔

(۱) اس میں کوئی اصلاح ایسی نہیں جن کی تشریح نہ کر دی گئی ہو۔
(۲) اس کتاب کا مقصد کسی دواخانہ کی شہرت نہیں بلکہ اس کی حیثیت محض اور محض علمی ہے اسے پڑھ کر انسان کی معلومات میں اضافہ ہوتا ہے۔
(۳) لیکن جذبات برانگیختہ نہیں ہوتے اور انسان محسوس کرتا ہے کہ وہ پڑھنے سے پہلے یہ باتیں نہیں جانتا تھا۔

اس کی ترکیب میں مجھے جس دقت محنت و کاوش سے کام لینا پڑا اسکا تذکرہ غیر ضروری ہے، صرف اتنا عرض کر دینا ہوگا کہ یہ کتاب کم و بیش دو سو کتابوں کا نچوڑ ہے، سنسکرت، عربی اور فارسی کی پرانی کتابوں کے علاوہ مجھے زیادہ تر مطالعہ انگریزی کی ان کتب سے ملا ہے جو فرنچ جرمن اور روسی زبانوں کا ترجمہ کی گئی ہیں۔ اور حوصلہ شکن قیمتوں کے باوجود ہزاروں کی تعداد میں بک رہی ہیں میری محنت کا اندازہ آپ صرف اس بات سے کر سکتے ہیں کہ بعض اوقات پانچ سو صفحہ کی کتاب پڑھ ڈالی گئی اور اس میں صرف اتنا سرمایہ ہاتھ آیا جو اس کتاب کے ایک صفحہ میں سما سکتا ہے۔

خاکسار مولف

حمید بک ڈپو، نولکھا بازار لاہور

پریم شاستر کی تیاری میں کن کن کتابوں سے امداد ملی

پریم شاستر کی تیاری میں میں نے جو کتابیں پڑھی ہیں انکی فہرست بہت طویل ہے۔ ذیل میں صرف ان کتابوں کے نام درج ہیں جن سے مجھے قابل قدر امداد ملی ہے۔

کام سوتر .... سنسکرت
کوک شاستر .... سنسکرت
کوک شاستر قلمی .... فارسی
طبی نارما کوپیا .... اردو
رتی شاستر .... سنسکرت
ضیاء الابصار .... فارسی
اخبار ٹربیون .... شکاگو (امریکہ)
ممو سمرتی .... سنسکرت

1 cerrot is doing allter maeelore.
2 The Seerot of olemen.
3 The Schoo life man
4 Mon and Monom in morroral.
5 Sid and the young.
6 moman and love
7 What of oyaveggres hand oo ght to Know.

حکیم علی ضیاء

شادی کا مقصد

شادی کا مقصد یہ ہے کہ مرد اور عورت یعنی دو ہستیوں کی زندگیاں مل کر ایک انسانی زندگی کی تکمیل ہو جائے۔ اس تکمیل کے ذریعہ قدرت اپنا مقصد بقائے نسل حاصل کرتی ہے۔ دنیا میں ایک مخلص اور سچا دوست بن جاتے ہیں کہ دنیا کی کوئی طاقت سوائے خدا کی مرضی کے انہیں ایک دوسرے سے جدا نہیں کر سکتی شادی سے انسان کے لئے مسرتوں کا ایک چشمہ جاری ہو جاتا ہے۔ مگر قدرت کا مقصد اس سے بقائے نسل حاصل کرنا ہے جو لوگ محض نفسانی خواہش کے خیال سے شادی کرتے ہیں وہ بہت پست خیال ہیں، "شادی" خواہش نہیں بلکہ تکمیل انسانیت ہے۔

والدین کی غلطی :- اکثر والدین اپنے بچوں کی شادی کے وقت یہ بے پرواہی کرتے ہیں کہ وہ لڑکے اور لڑکی کی تندرستی کے متعلق کچھ معلوم کرنے کی کوشش نہیں کرتے حالانکہ یہ سب سے زیادہ ضروری بات ہے تندرستی پر ان کی آئندہ زندگی کا انحصار ہے سینکڑوں نہیں بلکہ ہزاروں مثالیں موجود ہیں کہ شادی کے کچھ عرصہ بعد لڑکی یا لڑکا سل یا دق کی بیماری سے فوت ہوتے ہیں تحقیقات سے معلوم ہوتا ہے کہ شادی سے پہلے ہی اس مرض میں مبتلا تھے ہم لوگ ذات پات کی فضول اور لغو باتوں کی تحقیقات میں مہینوں میں صرف کر دیتے ہیں ہمارے ہاں خاندان کی بڑائی اس کا اثر رسوخ اور دولت وغیرہ کا لحاظ کیا جاتا ہے مگر دوسری باتوں کی طرف توجہ

8 Ceeel Rerond hond.
9 Waman chaldeen har.and mariage.
10 Derms of mhoman by tall. tor-borses.
11 The WorK of homan Plohebes.
12 A tet booh of See cohvedton.
13 See and VTo my Ylz.
14 Hoursmiss in chdres abe.
15 A School herbrge of woman
16 Send and sinety
17 The madem allol to the zid

مقبول کلید باغبانی با تصویر :- یعنی فصلوں کی کاشت راہنمائے کاشتکاری اس کتاب میں باغبانی کا طریقہ پودوں کا لگانا۔ ان کی حفاظت، کھاد اور پانی کب اور کس مقدار میں دینا۔ غرضیکہ یہ کتاب مکمل طور پر آپ کی راہنمائی کرے گی۔

قیمت چھ روپے

منگوانے کا پتہ

حمید بک ڈپو، نولکھا بازار لاہور

حکیم علی ضیاء

ناکامیاب شادیاں :-

ہندوستان میں شادی کا طریقہ جو عام طور پر رائج ہے اس کے مطابق زن و شوہر شادی سے پہلے ایک دوسرے سے بالکل ناواقف ہوتے ہیں۔ شادی کی رسم دو ایسے انسانوں کو جو ایک دوسرے سے بالکل بیگانہ ہوتے ہیں، ایک زنجیر میں جکڑ دیتی ہے۔ شادی کا مقصد یہ ہے کہ نوع انسان کے دو افراد کی زندگیاں باہم مل کر ایک انسانی زندگی بن جائے۔ شادی کے بعد اگر خاوند یا بیوی ایک نہ ہو جائیں اگر خاوند اپنی ہستی کو بیوی سے بالکل جدا اور بیوی اپنی ہستی کو خاوند سے الگ سمجھتی ہے، تو شادی ناکام ہے۔

شادیاں ناکام کیوں ہوتی ہیں

شادیوں کے لئے ناکام ہونے کے مختلف سبب ہیں۔ ان میں سے ایک سبب یہ بھی ہے کہ لڑکی کی شادی کے بعد لڑکی والے خیال کرنے لگتے ہیں کہ ان کی لڑکی ایک غریب گھر چلی گئی ہے جہاں اس کا کوئی ہمدرد نہیں چھوٹی چھوٹی باتوں کو بھی نہایت اہمیت دی جاتی ہے اور رائی پہاڑ بنا کر کھڑا کیا جاتا ہے لڑکی میکے آتی ہے تو دو چار بڑھیاں اس کے گرد آ کر جمع ہو جاتی ہیں اور ہمدردی کا اظہار کرنے لگتی ہیں کوئی کہتی ہے کہ بیٹی کا رنگ زرد ہو گیا ہے کوئی کہتی ہے بیٹی اداس ہو گئی ہے کوئی کہتی ہے ساس تکلیفیں دیتی ہوگی لڑکی شرم سے انکے ہر سوال کے جواب میں ہوں کہتی ہے تو یہی ہوں تمام فسادات کا موجب ہوتی ہے سمجھا جاتا ہے کہ لڑکی دکھی ہے سسرال بھیجنے میں تاخیر سے کام لیا جاتا ہے اور یہ

نہیں دیتا جس کا لازمی نتیجہ یہ ہے کہ شادی کے بعد بہت کم لوگ مسرت کی زندگی بسر کرتے ہیں، اکثر والدین شادی کو حصول دولت کا ذریعہ بنانا چاہتے ہیں لڑکی ہے تو اس کی شادی کسی رئیس کے ساتھ اور لڑکا ہے تو اس کی شادی کسی امیر کی بیٹی سے کرنے کی خواہش بہت سے والدین کے دل میں موجزن ہوتی ہے۔ تجارتی نقطہ خیال سے یہ خواہش قابل تعریف ہو سکتی ہے لیکن ایسی شادیاں بہت کم کامیاب ہوتی ہیں امیر گھروں کی پلی ہوئی لڑکیاں غریب گھروں میں جہاں زندگی کی معمولی سی آسائشیں بھی دشواری سے میسر آتی ہیں خوش نہیں رہ سکتیں اسی طرح سے غریب گھروں میں پلی ہوئی لڑکیاں امیر گھروں میں پلی ہوئی لڑکیاں امیر گھروں میں قدر کی نگاہ سے نہیں دیکھی جاتیں اور ان کی حیثیت گھر کی ملکہ کی بجائے گھر کی خادمہ کی سی ہوتی ہے۔

حکیم علی ضیاء

شادی کہاں کرنی چاہیئے

شادی ایسی جگہ ہونی چاہیئے جہاں لڑکے اور لڑکی کی عمر مالی اور علمی حیثیت میں موافقت ہو۔ لڑکے یا لڑکی کی شادی کرنے سے پہلے والدین کا فرض ہے کہ وہ جوڑے کی صحت، جسمانی حالت حسن و صورت حسن سیرت، عمر تعلیم اور مالی حیثیت کے متعلق جملہ حالات کی خوب چھان بین کریں سشروت میں لکھا ہے۔ اور اس کی تائید موجودہ سائنس بھی کرتی ہے کہ اس خاندان کے لڑکے یا لڑکی کے ساتھ بیاہ نہ ہونا چاہیئے جس میں تپ دق بواسیر دمہ وغیرہ کی کوئی مرض ہو۔

معمولی معمولی باتیں اس قدر اہمیت اختیار کر لیتی ہیں کہ بعض دفعہ لڑکی کی زندگی برباد ہو جاتی ہے اور پھر آباد ہونا دشوار بن جاتا ہے۔ یہ بوڑھیاں اتنا نہیں سوچتیں کہ لڑکے کی ماں نے اس لڑکی کو اپنا گھر بسانے کے لئے اپنی بہو بنایا تھا نہ کہ اسے مصائب کا نشانہ بنانے کیلئے اگر وہ کبھی اس بات پر غور کریں تو کبھی ساس کی شکایت ہمدردی کرنیوالوں کی زبان پر نہ آئے اگرچہ ان کے دل میں اس وقت لڑکی کی محبت ہوتی ہے لیکن وہ کبھی یہ خیال نہیں کرتی کہ خود ان کے ہاں اس بچاری کی کیا حالت تھی پیار یا دشمن کے سے ذلیل کن الفاظ کے لئے استعمال ہوتے رہے اس کی صحت اور تعلیم کی طرف کوئی توجہ نہیں دی گئی۔ اس کے حقوق کو نظر انداز کیا گیا لڑکے کے معاملے میں اسکو ذلیل خیال کیا گیا بھائیوں کی اس پر حکومت رہی لیکن آج جب وہ ان صاحب سے چھٹکارا پاکر اپنے اصلی گھر چلی گئی تو رشتہ داروں اور محلے کے تمام بوڑھیوں کی ہمدردیاں واپس آگئیں اور ایسی واپس آئیں کہ لڑکی کا جینا دو بھر کر دیا۔

مردانہ کمزوریاں :- آج کل ایسے نوجوانوں کی کثرت ہے جو بچپن کی غلط کاریوں سے اپنے ہاتھوں اپنی زندگی تباہ کر چکے ہیں جب ایسے نوجوانوں کی شادی ہوتی ہے تو ان کے لئے یہ شادی خانہ آبادی نہیں ہوتی بلکہ ان کی خانہ بربادی کا باعث ہوتی ہے اس طرح ان کے ساتھ ایک معصوم لڑکی کی زندگی بھی تباہ ہو جاتی ہے چونکہ عورتوں کو اپنے خاوند کی عزت و ناموس کا خیال زیادہ ہوتا ہے اسلئے وہ مردوں کی اس کمزوری کا ذکر بہت کم کرتی ہے مگر اندر ہی اندر اس خرابی کو محسوس کرتی ہیں اور انکی زندگی پر لطف نہیں گزرتی ایسے نوجوانوں کو ہرگز شادی نہیں کرنی چاہیئے اور اگر شادی کا خیال ہو تو پہلے بیماری کا علاج کرائیں اگر قوت مردمی بحال ہو جائے تو شادی کریں ورنہ یاد رکھیں کہ ایسے نوجوانوں کی خانہ

حکیم علی ضیاء

آبادی نہیں بلکہ یہ ان کی کامل بربادی ہوتی ہے اور کبھی مسرت کی زندگی بسر نہیں کر [illegible]

مالی حیثیت کا فرق :- امیر اور غریب کا جوڑ [illegible] نہیں ہو سکتا دونوں میں سے جو بھی غریب ہو گا وہ اپنے امیر جوڑے کے سامنے ذلت سی محسوس کرے گا یہ قدرت کا قانون ہے ہم اسے تبدیل نہیں کر سکتے غریبوں کو امیر گھرانوں میں شادی کرنے سے گریز کرنا چاہئیے دونوں میں سے جو بھی غریب ہو گا اس کی زندگی پر مسرت نہیں گزر سکتی شادیاں ناکام ہونے کی یہ بھی ایک بڑی وجہ ہے اس لئے جو لوگ شادی کے کامیاب زندگی کا خیال ہے وہ شادی سے پہلے اس بات کا خیال ضرور رکھیں۔

عمر کا فرق :- ایک ساٹھ سالہ بوڑھے کی شادی سولہ سالہ نوخیز لڑکی سے ہو جائے تو ناممکن ہے کہ سولہ برس کی لڑکی ایک ایسے شخص سے محبت کرنے لگے جس کے منہ میں نہ دانت ہوں نہ آنت اسی طرح پندرہ سالہ لڑکے کی بیوی کی عمر چالیس برس ہو تو وہ بھی ازدواجی زندگی کی خوشیاں نہیں دیکھ سکیں گے میاں بیوی کی عمر میں زمین آسمان کا فرق کسی طرح بھی دونوں میں سچی محبت پیدا نہیں ہونے دیتا جسطرح ایک نوجوان لڑکی ضعیف و نحیف بوڑھے جو عمر میں اس کے دادا کے برابر ہو محبت نہیں کر سکتی اس طرح یہ بھی ناممکن ہے کہ ایک کم سن لڑکا ایسی عورت سے محبت کرے جسکی عمر اس کی ماں کے برابر ہو جوڑے کی عمر کا لحاظ رکھنا نہایت ضروری ہے شادی کے سلسلہ میں سب سے اہمیت طرفین کی عمر کو حاصل ہے۔

علم کا فرق :- اسی طرح اگر میاں بیوی کی علمی قابلیت میں نمایاں فرق ہے تو سچی محبت پیدا نہیں ہو سکتی دونوں میں سے جو زیادہ تعلیم یافتہ ہو گا وہ کم یافتہ تعلیم کو پسند نہیں کرے گا ایک اعلٰے تعلیم یافتہ نوجوان اپنی جاہل مطلق بیوی کی [illegible]

میں مسرت محسوس نہیں کر سکتا اسی طرح ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ لڑکی کو اپنے ان پڑھ خاوند سے مل کر خوشی کی بجائے رنج ہوتا ہے اس لئے ضروری ہے کہ شادی سے پہلے فریقین کے رشتہ دار ان ان باتوں کا خیال رکھیں۔

شکل و صورت کا فرق:۔ جس طرح لڑکی اور لڑکے میں سے اگر ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ ہو اور دوسرا ان پڑھ اور جاہل تو ایسے جوڑے کی زندگی پر مسرت نہیں ہو سکتی اسی طرح لڑکا بہت حسین ہو اور لڑکی بدصورت یا لڑکی حسین و جمیلہ اور لڑکا بدصورت ہو تب بھی آپس میں محبت پیدا ہونا مشکل ہے اگر حسین لڑکی کا خاوند بدصورت ہے تو اسے اسی طرح صدمہ ہوگا جس طرح کسی نوجوان کی بیوی بدہیئت ہو تو اسے رنج ہوتا ہے اگر انسان کی صحت اچھی ہو تو معمولی شکل و صورت بھی پیدا ہوتی ہے شادی ایسی جگہ ہونی چاہیئے جہاں جوڑے کی شکل و صورت عمر صحت اور تعلیم یافتہ وغیرہ میں موافقت ہو۔

شادی کامیاب کس طرح ہو سکتی ہے۔

خاوند اور بیوی کے رشتہ کا قیام پیار محبت میں پوشیدہ ہے بیاہ کے بعد اگر خاوند اور بیوی میں محبت پیدا نہ ہو تو اسے ہم شادی خانہ آبادی نہیں کہہ سکتے یہ شادی نہیں شادی کے پھیکی خوشی اور محبت کی چاشنی کے بغیر خوشی کہاں محبت کے بغیر بیوی ایسے ہی ہیں جیسے خوشبو کے بغیر پھول ایک بیوی کو یا ایک خاوند کو ہمیشہ کیلئے اپنا بنا لینا بالکل اسی برتاؤ پر منحصر ہے جو شادی کے بعد خاوند بیوی کے ساتھ یا بیوی خاوند کے ساتھ کرے ماں باپ کے گھر سے کوئی اچھا خاوند یا اچھی بیوی بن کر نہیں آتی ماں باپ کے گھر سے وہ بیٹا بیٹی ہوتے ہیں خاوند کو اچھا خاوند اور بیوی کو اچھی بیوی بنا لینا اور لڑکی کو اپنا کام ہے۔

شادی کے بعد خاوند اور بیوی اپنی اپنی ہستی کو ایک دوسرے سے جدا جدا نہ سمجھیں بلکہ دونوں ایک دوسرے کو یک جان دو قالب خیال کریں خاوند اور بیوی ایک دوسرے کی خوشی کو خوشی ایک دوسرے کے رنج کو رنج سمجھیں ایک دوسرے کا مناسب احترام کریں محبت کی آنکھ عیب نہیں دیکھتی اسلئے ایک دوسرے کی غلطیاں نظر انداز کئے جائیں خاوند اور بیوی کا فرض ہے کہ وہ ایک دوسرے کو سمجھنے کی کوشش کریں اور دوسرے کے مزاج کا خیال رکھیں شوہر کا فرض یہ نہیں کہ اپنی بیوی کی ضروریات زندگی کا خیال رکھے بلکہ اس کا سب سے بڑا فرض یہ ہے کہ اپنی بیوی کی فطرت اور عادات کو سمجھے اور بیوی کا مناسب احترام کرے ہر فطری طور پر حکومت کو پسند ہوتا ہے اور وہ اپنی اونچی رکھنا چاہتا ہے لیکن شوہر کو کے بدلے اپنے زاویہ نگاہ سے کسقدر تبدیلی کرنی چاہیئے عورت اس کی ایک زندگی ہے جس طرح وہ اپنی مرضی کے مطابق کرنا چاہتا ہے اسی طرح اپنی بیوی کا خیال رکھنا چاہیئے۔

سمجھدار مرد چند روز میں اپنی بیوی کی فطرت کا اندازہ کر سکتا ہے یہ ایک کھلا ہوا راز ہے جو مرد اپنی بیوی کے جذبات و تاثرات کو سمجھنے کی کوشش نہیں کرتا وہ مسرت و کامرانی کے ایام بسر نہیں کرتا عورت کا سب سے بڑا فرض یہ ہے کہ وہ اپنے شوہر کے رنگ میں رنگ جائے اور اس کے دل میں بھی وہی جو اس کے شوہر کے دل میں ہے غالب نے کیا خوب کہا ہے۔

ے دیکھنا تقریر کی لذت کہ جو اس نے کہا
میں نے جانا کہ گویا یہ بھی میرے دل میں ہے۔

حکیم علی ضیاء

خاوند کے فرائض

(۱) اپنا چال چلن آئینہ کی طرح بے داغ رکھو نہایت پاکیزہ زندگی بسر کرو کبھی غیر عورت کی طرف آنکھ اٹھا کر بھی نہ دیکھو عورت کچھ برداشت کر سکتی ہے مگر وہ محبت میں غیر کا دخل کسی

کسی صورت برداشت نہیں کر سکتی۔

(۲) بیوی کو اپنے سے جدا ہستی خیال نہ کرو اپنے تئیں ایک جان دو قلب سمجھو بیوی کے لئے تم کچھ بھی کرتے ہو یہ نہ سمجھو کہ تم کسی دوسرے کے لئے کر رہے ہو۔ بیوی تم سے جدا ہستی نہیں ہے۔

۳۔ بیوی کی برائی تمہاری برائی اور بیوی کی بھلائی تمہاری بھلائی ہے۔ بیوی کے نقص کسی کے سامنے مت بیان کرو اگر بیان کرو گے تو یہ سخت جہالت ہو گی اس کے معنی یہ ہیں کہ تم اپنے نقائص دوسروں کے سامنے بیان کرتے ہو۔

(۴) بیوی سے زبانی نہیں بلکہ عملاً محبت کا اظہار کرو بعض لوگ زبان سے اظہار محبت کرتے ہیں مگر ان کے دل میں محبت نہیں ہوتی ایسے لوگ کبھی بھی پر لطف زندگی بسر نہیں کر سکتے۔

(۵) بیوی سے اگر کوئی غلطی ہو جائے تو نرمی سے باز پرس کرو سختی کے ساتھ باز پرس کرنے سے عورت کے نازک دل کو ٹھیس لگتی ہے جس کا اثر ہفتوں رہتا ہے اور خون خشک ہو کر صحت برباد ہو جاتی ہے۔

(۶) غلطی انسان سے ہی ہوتی ہے اگر بیوی سے کوئی غلطی ہو جائے تو اسے نظر انداز نہ کرو تم بھی ایسی بیسیوں غلطیاں روزمرہ کرتے ہو معمولی معمولی بات پر باز پرس کرنا نہایت غیر مناسب ہے۔ اس کے علاوہ بیوی کی غلطیوں کے متعلق طعن آمیز گفتگو نہ کرو۔

(۷) یاد رکھو تمہاری بیوی اپنے ماں باپ، بھائی بہن اور سب رشتہ داروں سے جدا ہو کر تمہارے گھر آئی ہے وہ تمہارے سوا کسی کو سہارا نہیں رکھتی اس کے نزدیک زمین سے لیکر آسمان تک تم ہی ہو۔ اس کی کبھی دل

آزاری نہ کرو۔

(۸) بیوی کو مساوی درجہ دو وہ تمہارے گھر کی ملکہ ہے۔ اسے اپنا غلام سمجھ کر احکام اور ہدایات کی بوچھاڑ مت کرو۔ معمولی ملازم بھی ایسے آقاؤں سے تنگ آ جاتے ہیں جو غیر ضروری احکام جاری کریں۔

۹۔ مرد عورت سے عورت پر حکومت کر سکتے ہیں وہ اسے خوشی خوشی بھی کر لیتی ہے لیکن عورت کو غلام یا بیوقوف خیال کر کے اسکے ہر کام میں دخل دینا نامناسب ہے مانا کہ مرد کو عورت پر فوقیت حاصل ہے مگر بیوی خاوند کی لونڈی نہیں۔ اس لئے اسے لونڈی سمجھ کر امور خانہ داری کے کاموں میں بے جا مداخلت نہ کرو۔

(۱۰) جب بیوی علیل ہو تو اس کا بہتر سے بہتر علاج کراؤ بیماری یا تکلیف کے دنوں میں بیوی کی خدمت کرنا شوہر کا اولین فرض ہے۔

(۱۱) اپنی اولاد سے محبت کرو اور اس کی تربیت میں بے پرواہی سے کام نہ لو جو لوگ اولاد کی تربیت میں بے پرواہی برتتے ہیں وہ بہت جلد اس کا خمیازہ بھی بھگت لیتے ہیں۔ جو لوگ اپنی اولاد سے محبت نہیں کرتے ان کی بیویاں اسے محسوس کرتی ہیں۔

(۱۲) اگر ان سے کوئی غلطی ہو جائے تو صدق دل سے اظہار افسوس کرو ایسی صورت پیدا نہ ہونے دو جس سے دلوں میں فرق پیدا ہونے کا امکان ہو۔

(۱۳) بیوی کے رشتہ داروں کا احترام کرو انہیں کبھی برا نہ کہو بیوی اپنے عزیزوں کی برائی نہیں سن سکتی

حکیم علی ضیاء

(۱۴) بچوں میں کبھی کوئی ایسی بات نہ کہو جس سے ان کی نظروں میں ماں کی عزت کم ہو۔ بچوں کی ماں کی عزت کر کے ان کے سامنے مثال قائم کرو

(۱۵) یہ نہ سمجھو کہ اب بیوی کے ساتھ اظہار محبت کرنے کی ضرورت نہیں عورت بوڑھی ہونے پر بھی چاہتی ہے کہ خاوند اس کے ساتھ اظہار محبت کرے کیونکہ یہ اس کی فطرت کا تقاضا ہے۔

(۱۶) جب عورت نے کسی نئے فیشن کی پوشاک پہنی ہو یا طور پر سنگھار یا نئے ڈھنگ سے مانگ نکالی ہو یا کوئی اعلیٰ قسم کا کھانا تیار کیا ہو تو اس کی تعریف کرو۔ اس سے عورت خوش ہوتی ہے

حکیم علی ضیاء

بیوی کے فرائض

(۱) شادی کو کامیاب بنانا زیادہ تر عورت کے ہاتھ میں ہے عورت کو چاہیئے کہ وہ اپنے شوہر کے رنگ میں اسی طرح رنگ جائے کہ شوہر اسے دیکھے بغیر زندہ نہ رہ سکے۔

(۲) عورت کے لیئے خاوند عزیز ترین چیز ہے دنیا میں خاوند سے زیادہ کسی چیز کو عزیز نہ سمجھے۔

(۳) خاوند کی خدمت تمہارا فرض ہے بلکہ ایمان ہے جہاں تک ہو سکے اس کی خدمت تمہارا فرض ہے ایک سمجھدار بیوی اپنے نافرمان خاوند کو اطاعت اور خدمت گذاری سے مہربان بنا سکتی ہے۔

کے ساتھ کبھی سخت سردمہری سے پیش نہ آؤ کوئی خاوند بیوی کی سردمہری برداشت نہیں کر سکتا اگر خاوند کبھی ترش روئی سے پیش

آئے تو ہم ہنسی خوشی سے پیش آؤ۔

(۵) جب مرد کام سے واپس آئے تو ہنستے ہوئے چہرے سے اس کا استقبال کرو۔ بعض عورتوں کی عادت ہوتی ہے جب تمام دن کی دردسری کے بعد مرد کے گھر آنے کا وقت ہوتا ہے تو بیماری کا بہانہ کر کے چارپائی پر لیٹ جاتی ہیں۔ ایک خاوند پہلے ہی تھکا ماندہ ہوتا ہے دوسرے بیوی پریشان کرتی ہے نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ اس کی چڑچڑاپن کی ابتدا ہو جاتی ہے۔

(۶) ہر بات اور ہر کام میں خاوند کو اپنے سے مقدم رکھو اور خود تکلیف اٹھا کر بھی اسے زیادہ سے زیادہ آرام پہنچاؤ۔

(۷) ماں باپ نے اب تمہاری شادی کر دی ہے اب تم خاوند کے گھر کو اپنا گھر سمجھو کر اور دراصل یہی تمہارا گھر ہے رخاوند کے ماں باپ کو اپنا گھر سمجھ کر عزت و احترام کرو۔

(۸) خاوند کے رشتہ داروں کی دل سے عزت کرو اگر ان کی طرف سے کوئی ایسی ویسی بات ہو جائے تو اسے نظرانداز کر دو خاوند کو بھی اس وقت تک نہ بتاؤ جب تک کہ کوئی خاص زیادتی ان کی طرف سے نہ ہو

(۹) شیریں بیانی سے سب کو اپنا گرویدہ بنا لو۔ یاد رکھو زبان شیریں ملک گیری میٹھی زبان سے پیش آؤ وہ عورتیں دنیا میں کامیاب رہتی ہیں ان کے نقائص کو بھی لوگ بھول جاتے ہیں سے
ہو گی خسرو اقلیم دل شیریں زبان ہو کر جہاں گیری کرے گی یہ ادا نور جہاں ہو کر

(۱۰) عورت کا زیور سونا چاندی نہیں بلکہ جیسا ہے حسن و صورت نہیں بلکہ پاکیزگی ہے شرم حیا عورت کے لئے اعلیٰ ترین جواہر ہیں انہیں ہمیشہ قائم رکھو

ان اپنے شوہر کے عیب مت دیکھو وہ تمہارے عیب بھی نہ دیکھے گا اسی طرح ایکدوسرے کے عیوب دوسروں کے سامنے ظاہر نہ کرنے چاہئیں۔

(۱۲) خاوند پہ فرمائیشوں کی بھرمار نہ کرو اس سے جہاں تک ہو سکتا ہے وہ اپنی بیوی کے لئے حیثیت سے بڑھکر چیزیں خریدتا ہے۔

(۱۳) خاوند کی خریدی ہوئی چیزوں کو برا نہ کہو وہ محبت سے تمہارے لئے خرید لاتا ہے۔ اس میں نقص نکالنے سے اسے رنج ہوگا اور ہو سکتا ہے کہ وہ پھر کبھی تمہارے لئے کوئی چیز خرید کر نہ لائے۔

(۱۴) گھر کا انتظام بیوی کے سپرد ہے۔ تم گھر کا سامان حسن و خوبصورتی سے کرو۔ اس کے لیے خاوند کو پریشان کرنا غلطی ہے

(۱۵) گھر کا حساب کتاب باقاعدہ رکھو اور اپنی حیثیت سے بڑھ کر کوئی چیز نہ خریدو۔ بلکہ ہمیشہ اپنی چادر دیکھ کر پھیلاؤ۔

(۱۶) عورت کو سنگھار سے کبھی بے پرواہی نہیں کرنی چاہیئے۔ کیونکہ ہر خاوند کی دلی خواہش ہوتی ہے۔ کہ اسکی بیوی زیادہ سے زیادہ حسین اور دل کش صورت میں اس کے سامنے آئے اگر آپ اپنی شادی کو کامیاب بنانا چاہتے ہیں تو ہر خاوند کو چاہیئے کہ وہ دو روپے کا منی آرڈر بھیج کر ہدایت نامہ خاوند منگائیں۔ منگوانے کا پتہ حمید بک ڈپو نولکھا بازار لاہور۔

حکیم علی ضیاء

سہاگ رات

ملاپ کا کمرہ

کتنی خوشی کی بات ہے کہ کسی گھر میں شادی رچے اور رسوم دھام سے دلہن آئے اس مبارک گھڑی کے واسطے دن گنے جایا کرتے ہیں۔ بیشک آنا سب گھر کے لئے مبارک ہے۔

شادی کی رسوم کی ادائیگی کے بعد دلہا اور دلہن کی ملاقات رات کے وقت کرائی جاتی ہے اور مناسب بھی یہی ہے دلہا اور دلہن کی یہ پہلی ملاقات ہوتی ہے دونوں نے پہلے اس سے ایکدوسرے کی شکل و صورت نہیں دیکھی ہوتی چونکہ دونوں عام طور پر نو عمر اور ناتجربہ کار ہوتے ہیں اور ان کی زندگی کا کوئی عملی تجربہ نہیں ہوتا اس لئے چند ضروری ہدایات درج کی جاتی ہیں جن پر چل کر ہمارے نوجوان مسرت شادمانی کی زندگی بسر کر سکتے ہیں

جس وقت دلہن کو اس کے خاوند سے ملائیں تو چاہیئے کہ سونے کا کمرہ بالکل علیحدہ ہو تاکہ خاوند بیوی ہر طرف سے مطمئن ہو کر محبت کا سلسلہ شروع کر سکیں اگر آس پاس چیخ و پکار اور شور و غل ہو یا کسی کا کھٹکا لگا رہا وہ آزادی کے ساتھ کوئی بات نہ کر سکیں گے۔

وہ جگہ جہاں میاں بیوی اکٹھے ہوں نہایت صاف شفاف ہونی چاہیئے تازہ میوہ، پھل پھول مٹھائیاں عطر اور پھولوں کے ہار نیز اس قسم کی دوسری دل پسند اشیاء اس کمرے میں ہونی چاہئیں تاکہ کسی چیز کے لئے انہیں باہر جانے کی ضرورت نہ پڑے۔ اگر آپ سہاگ کی رات کے متعلق معلوم کرنا چاہیں تو ایک روپیہ آٹھ آنے منی آڈر بھیج کر کتاب منگوالیں۔ پتہ حمید بک ڈپو۔ نولکھا بازار۔ لاہور

خاوند کے لئے ضروری ہدایتیں:-

سب جانتے ہیں کہ شادی کی رسم مرد عورت کی زندگی میں اس زبردست انقلاب کا نام ہے۔ جس سے ان کی بنیاد

امیدیں بندھی ہوتی ہیں اور خاص کر شادی کی پہلی رات تو دونوں کے لیئے اتنی نازک ہے کہ بے حد سوچ بچار سے کام لینا چاہیئے کیونکہ اس وقت کی چھوٹی سی بھول چوک سے آئندہ بڑی بڑی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے جس وقت دلہا دلھن اکیلے مکان یا کمرے میں اکٹھے کئے جائیں تو خاوند کو لازم ہے کہ نئی نویلی دلہن کی تمام باتوں پر ایک گہری نظر ڈالے اور اچھی طرح غور کرے کہ یہ عورت جو میرے سامنے بیٹھی ہے اسکے دل کا کیا حال ہو رہا ہوگا

وہ خاوند خود اپنے آپ پر قیاس کرے کہ اچھا خاصا مرد ہونیکے باوجود جب تک بے تکلفی کی باتیں نہ شروع ہو جائیں اکثر اوقات کتنے ہی اشخاص سے باتیں کرتے جھکتا ہے اور خواہشمند ہوتے ہوئے بھی نظر نہیں ملا سکتا پھر وہ دلہن جسے اکثر حالتوں میں کبھی اسکی صورت دیکھنے کا اتفاق نہیں ہوا جو ابھی ابھی اسکے ہاں مہمان آئی ہے۔ اور جس بیچاری کو یقیناً اپنے ماں باپ بھائیوں کی جدائی کا صدمہ ستا رہا ہوگا۔ صرف یہی نہیں بلکہ ابھی تک اسکی وہ شرم اور جھجک بھی دور نہیں ہوئی جو مردوں سے زیادہ عورتوں میں ہوا کرتی ہیں۔ بھلا وہ ایک دم کس طرح [illegible] بے تکلف ہو سکتی ہیں

حکیم علی ضیاء

اب سوچنا چاہیئے کہ جب انسان کسی ایک طرف بالکل محو ہو تو اسے دوسری طرف توجہ کرنے میں کتنی دقتیں پیش آیا کرتی ہیں۔ یہ نہیں ہو سکتا کہ فوراً سارے خیالات دوسری طرف پلٹ سکیں۔

اس میں شک نہیں کہ بیاہ کے کچھ عرصہ بعد میاں بیوی ایک دوسرے کے ایسے محرم ہو جاتے ہیں جس کی مثال دنیا کے کسی رشتہ میں نہیں ملتی مگر یہ ضروری نہیں کہ میاں بیوی کے تعلقات مدت مدید کی یکجائی کے بعد پیدا ہوتے ہیں۔ وہ پہلی ہی رات کے پہلے ہی گھنٹے میں ہو جائیں ان تعلقات کی ابتدا بڑے

سلیقہ سے ہونی چاہیئے۔ بعض نوجوان سمجھتے ہیں کہ پہلی ہی ملاقات میں اپنی مردانگی کا ثبوت دینا چاہیے۔ ورنہ عورت خاوند کو نااہل سمجھے گی۔ عام نوجوان غلط تعلیم کی وجہ سے پہلی ہی ملاقات میں اپنی خواہش نفسانی پوری کرنے کی غلطی کرتے ہیں اور یہ نہیں سوچتے کہ نئی دلہن اپنے عزیزوں سے جدا ہو کر نئے گھر آئی ہے وہ تو پہلے ہی جدائی کے صدمے سے نڈھال ہے اور مارے شرم کے بات تک نہیں کر سکتی۔ ان حالات میں اسکے ساتھ انوکھا کام کرنا جسکا اسے کوئی تجربہ نہیں سراسر نامناسب ہے ان میں کئی برائیاں ہیں بیوی سمجھنے لگتی ہے کہ بیاہ کا مقصد یہی ہے اس کی خواہش غیر معمولی طور پر پیدا ہو جاتی ہے جس کا نتیجہ عام طور پر خاوندوں کو بعد میں بھگتنا پڑتا ہے۔ ایک کامیاب خاوند کا فرض ہے۔ کہ وہ بیوی کے دل میں یہ خیال جاگزیں نہ ہونے دے کہ شادی کا مقصد محض خواہش نفسانی پیدا کرنا ہے۔

جو خاوند بغیر سوچے سمجھے پہلی رات میں بیوی کو تکلیف دیتا ہے وہ ایک ایسی مہلک غلطی کرتا ہے جس کی تلافی نہیں ہو سکتی بیوی کے دل میں پہلے دن خاوند کے خلاف جذبہ گھر کر جاتا ہے وہ خاوند کو خود غرض اور نفس پرست سمجھنے لگتی ہے عام لڑکیاں شادی سے پہلے اس کام سے ناواقف ہوتی ہیں اس سلسلہ میں انہوں نے کوئی عملی تجربہ نہیں ہوتا وہ لطف اور مزے سے ناآشنا ہوتی ہے گو انہوں نے شادی شدہ سہیلیوں سے بہت کچھ کیوں نہ سنا ہو لیکن وہ عملی طور سے اس کام سے قطعاً ناواقف ہوتی ہیں پہلی عورت کو اس کام سے بہت تکلیف ہوتی ہے اور خون بھی نکلتا ہے

بعض لوگ اعتراض کر سکتے ہیں صحبت چاہیئے جب بھی کی جائے عورت کو یہ تکلیف برداشت ہی کرنی پڑے گی۔ لیکن ان کو یاد رکھنا چاہیئے کہ اگر بیوی

کو اپنا ہم خیال بنا کر اسے بے تکلف کر کے اس عمل کو کیا جائے تو وہ یقیناً محبت کی وجہ سے نسبتاً تکلیف کا کم خیال کرے گی۔

جب دلہنوں کی عمر زیادہ ہوتی ہے۔ انہیں بہت جلد بے تکلف کیا جا سکتا ہے لیکن ان میں اگر ایک طرف شرم ہوتی ہے، تو دوسری طرف فطرت بھی ان کو ابھارتی ہے۔

حکیم علی ضیاء

پہلی رات

خاوند بیوی کے ایک جگہ ہونے کی پہلی رات بڑی اہم رات ہے اس پر آئندہ زندگی کی بنیادیں قائم ہیں اس لئے اس رات خاوند کو نہایت احتیاط اور سمجھ بوجھ سے کام لینا چاہیئے۔

جس طرح خاوند کا فرض ہے کہ وہ بیوی کے خیالات مثلاً میکے اور بھائی بہنوں کی جدائی کا صدمہ سسرال کی نئی مہمانی کا اور خاوند کے پاس پہلی مرتبہ آنے کے سبب سے گھبراہٹ وغیرہ کا لحاظ کرے اسی طرح اس کی جسمانی حالت کی نسبت بھی غور کرے ہمارے ملک میں کتنی بیویاں نابالغ بھی ہوتی ہیں پس اس صورت میں کہ بیوی جوان نہ ہوئی ہو اور رسم و رواج کے مطابق اسے ملاقاتی کمرے میں خاوند کے پاس سونے کو بھیج دیا جائے تو یہ ہونا چاہیئے کہ بیوی ہونے کی وجہ سے خاوند اس کے ساتھ بالغ بیوی کا سا برتاؤ کرنا ضروری سمجھے اور اس کی مجبوری سے ناجائز فائدہ اٹھائے بلکہ اسکا فرض ہے جس طرح بھی ہو اپنی خواہشات کو مردانہ وار دبائے کیونکہ کم عمری میں نابالغ ہونیکے سبب بیوی خاوند سے محبت کرنے والی بات ہی پیدا نہیں ہوتی

اسوقت اگر خاوند خواہشات نفسانی کی دھن میں اندھا ہو کر اس سے لطف حاصل کرنا چاہیئے گا تو مزہ تو رہا ایک طرف وہ مذہبی اور اخلاقی گنہگار ہو گا اور نابالغ ہونے کے سبب سے اس کام کی تاب نہ لا کر بیوی کی جان کے لالے پڑ جائیں گے بیوی کے بالغ ہونیکی صورت میں بھی خاوند کے لیئے بیوی کی جسمانی حالت معلوم کر لینا چاہیئے کہ بیوی کہیں ایام حیض میں مجبوریاں کسی زنانہ مرض میں تو گرفتار نہیں ہے اگر اسے کوئی خاص بیماری نہ ہو اور صرف حیض ہی میں بیوی سے ہم بستری کی جائے تو خاوند کو آتشک پیشاب کی جلن سوزاک اور دوسرے قسم کے امراض لاحق ہونے کا احتمال ہے اسی طرح بیوی کو ناقابل برداشت مقدار میں خون جاری ہونا خاص مقام میں درد ناف نیچے اترنا اور اعضا شکنی وغیرہ وغیرہ بیماریاں ہو سکتی ہیں اور ممکن ہے کہ کوئی ایسی خرابی واقع ہو جائے جس سے آئندہ بچہ ہونے کی امید نہ رہے۔

بہرحال اطمینان کرنے کے بعد تندرست اور بالغ ہونیکی حالت میں بھی بیوی سے ایکدم بے حجاب ہونیکی امید کرنا یا جھجک دور ہو جائے بغیر ملاقات کا مزہ حاصل کرنیکا خیال درست نہیں۔

جیسا کہ پہلے بیان ہو چکا ہے نئی دلہن میکے سے بچھڑ کر آتی ہے اس غم میں اسے کچھ بھی بھلا نہیں لگتا اپنے رشتہ داروں کی جدائی کے صدمے میں وہ قابو میں نہیں رہتی اسوقت زبردستی کر کے اس کا دل دکھایا جائے تو کیا اس کے یہ معنی نہ ہوں گے کہ خود غرض خاوند نے اپنی نفسانی خواہش پوری کرنے کے لئے ایک نازک مزاج عورت پر ظلم کیا جو بیچاری اس کے بس میں تھی اگر کوئی نفس پرست خاوند ایسا کرے گا تو یوں سمجھنا چاہیئے کہ اس نے پہلی ہی رات میں اس کا دل میلا کر دیا اب وہ ایسے ظالم سے

کسی ہمدردی کی امید کیسے کر سکتی ہے وہ تو خاوند کو مطلب پرست اور خود غرض ہی سمجھے گی۔ جو خاوند ان باتوں کا خیال نہیں کرتے انہیں آخر میں بہت پچھتانا پڑتا ہے۔

اس مختصر سے بیان میں تھوڑی تھوڑی کر کے بہت سی باتیں آگئی ہیں یہ مقصد ہے کہ جب خاوند اور بیوی کی عزت و آبرو ایک ہو جاتی ہے تو خاوند کو بیوی سے ہمدردی کا سلوک کرنا چاہیے جس سے اسکا جی خوش ہو تاکہ دشمنی کا برتاؤ نہ کرے۔

خاوند بیوی کے ساتھ خوشگوار زندگی بسر کرنے کی آرزو رکھتا ہے اور اس کی ہر بھلائی اور برائی میں خواہ مخواہ بھی اسے شریک ہونا پڑے گا۔ تو پھر وہ بیوی کی طبیعت کے خلاف کوئی معاملہ کر کے کسی طرح آرام سے اٹھا سکتا ہے۔ اس بیان کو اب طول دینے کی ضرورت نہیں سمجھنے والوں کے لئے بہت ہے۔ ننانوے فیصدی تو بالغ اور ہوشیار ہونے کے باوجود پہلی رات بیوی کا ویسا بے تکلف ہونا مشکل ہے جیسا کہ چاہیئے تاہم خاوند سمجھدار ہو تو بہت کچھ حجاب دور کر سکتا ہے بشرطیکہ شیریں کلامی اور حسن تدبیر سے کام لے جہاں تک ہو سکے بیوی کو محبت پیار اور رحم دلاسا دیکر سمجھانا چاہیئے آج ہم دونوں ایک دوسرے کے شریک زندگی ہو گئے ہیں اب میری عزت تمہاری آبرو ہے اور تمہاری نیک نامی میرا فخر ہے اگر ہم میں سے کوئی بھی کسی قسم کی غلطی کر بیٹھا تو دنیا ہم دونوں کے نام دھرے گی اور ہم دونوں کسی کو منہ دکھانے کے قابل نہ رہیں گے تم سے میری ہزاروں آرزوئیں وابستہ ہیں تم میری ہو میں تمہارا ہوں اگر تمہیں کوئی تکلیف ہوتی تو مجھ ہی کو تمہارا علاج معالجہ کرنا ہے اسی طرح تم میری چارہ جوئی اور دلجوئی کرو

پہلی رات خاوند اس طرح میٹھی میٹھی باتوں سے بیوی کے دل سے میکے کا خیال ہٹائے اور اپنی طرف رجوع کرنے کی کوشش کرے باہم ایسی گفتگو ہونی چاہیئے جس سے دونوں ایک دوسرے کے ہمدرد اور غمگسار ہو جائیں۔

حکیم علی ضیاء

دوسری رات

اگر کسی سبب سے ضد نہ ہو جائے تو عام طور پر عورت بڑی نازک مزاج اور جلدی سے بہل جانے والی ہوتی ہے۔ خاوند کی ذرہ سی مہربانی سے اس کا دل باغ باغ ہو جاتا ہے۔

دوسری رات اچھی اچھی تصویروں کے البم مزے دار اشعار اور لطائف وظرائف کی شائستہ کتابیں جن سے جی تو خوش ہو۔ لیکن بیہودگی کا کوئی پہلو نہ نکلے منانی چاہیں ان کے پڑھنے سے خواہ مخواہ ہنسی آئے بغیر نہ رہے گی مزے دار میوے اور مٹھائیاں وغیرہ تمام چیزیں سونے کے کمرے میں ہونی چاہیئں۔ پھر طرح طرح سے بیوی کو اپنی طرف رجوع کرنے کی ترکیبیں لڑائیں ہنسی اور دل لگی کی کتابیں پڑھ کر سنائیں اور کوشش کریں کہ وہ بے تکلف ہو کر باتیں کرنے لگے۔ پھر آہستہ آہستہ اس کے نزدیک ہوتے جائیں۔ اور اپنے ہاتھوں سے مزیدار چیزیں کھلائیں اور گدگدا کر ہنسائیں۔ بغل گیر ہوں پیار کریں مزے دار اشعار پڑھیں۔ ہنسانے والے لطیفے کہیں۔ اب اسے سسرال سے پہلے کی سی وحشت نہ رہے گی اور وہ خاوند سے اتنا حجاب نہ کرے گی۔

آخر بیوی بھی انسان ہی ہے۔ اس پر خاوند کی محبت بھری باتوں کا

ضرور اثر پڑے گا۔ اور وہ محسوس کرنے لگے گی۔ کہ میری زندگی کی راحتیں اسی پر منحصر ہیں۔ اسی کے دم سے میرا سہاگ اور اپنے بیگانوں میں عزت و آبرو ہے اس وقت بیوی کی ہر ایک ادا سے ظاہر ہونے لگے گا کہ وہ اپنے خاوند کی تابع فرمان اور اسکی مرضی پر چلنا اپنا ایمان سمجھتی ہے۔ خاوند کو اس پر ہر طرح کا اختیار ہے وہ خاوند کی مرضی میں کچھ چون و چرا کرنا نہیں چاہتی۔

اب خاوند دیکھے گا کہ بیوی تو ایک پھولا پھلا فرحت افزا، سدا بہار باغ ہے جس میں دنیا جہاں کی راحتیں موجود ہیں۔ اور اس باغ کی گل چینی کا اسے حق حاصل ہے۔ اب وہ بھلا لوگ اس سے فائدہ اٹھا سکتا ہے۔ ابتدا میں بیوی کو یقیناً غیر معمولی تکلیف ہوتی ہے۔ مگر وہ خاوند کی محبت بھری باتوں کے سبب کچھ بخوشی برداشت کر لیتی ہے۔

ہمیں یقین ہے کہ ہمارے بیان کیے ہوئے اصولوں پر عمل کرنیوالے خاوند شادی سے پورا لطف حاصل کریں گے۔ اور ان کی زندگی نہایت آرام و آسائش سے گزرے گی چونکہ یہ ضروری بات ہے۔ اس واسطے ایک مرتبہ اچھی طرح سمجھ لینا چاہئیے کہ وہی بیوی جس سے مناسب طریقے سے برت کر انسان خوشگوار زندگی بسر کر سکتا ہے۔ اگر نفس پرستی اور بوالہوسی کا ذریعہ بنائی جائے تو جان کا عذاب اور جی کا جنجال بن جاتی ہے۔

حکیم علی ضیاء

جو خاوند جوانی کے جوش میں اندھے ہو کر بیوی کی صحت کے معاملے میں حد سے گزر جاتے ہیں۔ وہ اپنی اور بیوی کی زندگی کو یکساں تباہ کرتے ہیں۔ جس مادہ کے نکلنے سے لطف حاصل ہوتا ہے۔ وہ کوئی معمولی چیز نہیں

بلکہ اس کے سبب سے انسان انسان ہے۔ اگر وہ حد سے زیادہ نکل جائے تو پھر نہ وہ لطف ہی حاصل ہوتا ہے۔ اور نہ انسان کی صحت قائم رہ سکتی ہے۔

بعض خاوند ایسے ہوتے ہیں۔ جو نئی دلہن پاکر وقت بے وقت کا خیال نہیں رکھتے اور اکثر جماع میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی قوتیں ٹوٹنے لگتی ہیں۔ اور ہر بیوی کی خواہش تیز ہوتی جاتی ہے۔ کیونکہ وہ دیکھ چکی ہے۔ کہ وہ باہر سے اسی خیال میں بھرے آتے ہیں۔ اور فوراً کام میں لگ جاتے ہیں۔ بیوی کو کچھ نشان و گمان نہ ہونیکے سبب سے کسی طرح کا اثر نہ ہوتا تھا اور اب انکے فارغ ہوتے ہوئے جوں ہی ان کی امنگیں جاگتی ہیں۔ تو خاوند صاحب اپنا سا منہ لے کر الگ ہو جاتے ہیں کچھ عرصہ اسی پر عمل پیرا ہونے سے خاوند کی حالت گرتی گئی۔ اور بیوی کچھ تو ہر وقت کی عادی ہو گئی۔ اور شرم و حیا تو انہوں نے اپنی حرکتوں سے پہلے ہی اڑا دی تھی۔ اب وہ تو خود بیٹھنے لگی۔ مگر یہاں کیا تھا کہ حیلہ سازی کرنے پھر کیا تھا بیوی شیر ہو گئی۔ اور ہر وقت لڑائی جھگڑے ہونے لگے۔

جو خاوند پہلے بیوی کی حالت کا خیال نہ کر کے وقت بے وقت بیوی سے صحبت کرنے پر تلے رہتے ہیں جنہیں سوائے بیوی کے چین ہی نہیں آتا اب بیوی اور گھر بار کے جھگڑوں سے اسکی روح لرزنے لگی۔ بیوی کی کیفیت دیکھ کر گھبراتے ہیں۔ آخر خود کو بیوی کے مقابلے میں کمزور پاکر اپنی کمزوری کو دور کرنے کے لیے دواؤں کا ضبط سمایا اور چونکہ اکثر دوائیں گرم اور جوش میں لانے والی ہوتی ہیں۔ تاکہ ٹھنڈے کو گرمائیں وہ بگڑی ہوئی عادت کے سبب پورا پورا پرہیز نہیں کر سکتے۔ اسی طرح بدپرہیزیاں کر کے بیٹھے

نفع کے ناقابلِ تلافی نقصان کی حد تک پہنچ جاتے ہیں۔

مدعا یہ کو خاوند اور بیوی کے تعلقات راحتیں بہم پہنچانے کے لیے ہیں ان کو حد سے گزرتا گویا اپنے پیروں پر چل کر موت کے منہ میں جانا ہے۔ شروع دن ہی سے انسان کو باقاعدہ رہنا چاہیئے تاکہ زندگی دوبھر نہ ہو جائے یاد رکھنا چاہیے کہ ساری عمر انسان کو اسی طرح مضبوط اور طاقتور نہیں رہنا آخر بڑھاپا آئے گا جوانی ہمیشہ نہیں رہے گی جوانی کی بے احتیاطیاں تھوڑے ہی دنوں تک اپنا رنگ دکھاتی ہیں۔ آخر بڑھاپے میں تو بے شمار تکالیف کا سامنا ہوتا ہے۔ نوجوانوں کو اپنی صحت اور جوانی برباد نہیں کرنی چاہیے۔ آپ نے جن و پری کے افسانوں میں پڑھا ہو گا۔ کہ فلاں جن کی جان فلاں پھول اور مچھلی میں ہے۔ اگر اس پھول کو مسل دیا جائے یا اس سے مچھلی کو ہلاک کر دیں تو وہ جن فوراً ہلاک ہو جائے گا۔ یہ افسانے صحیح ہوں یا غلط ہم اس بحث میں پڑنا نہیں چاہتے۔ لیکن ہمارے نوجوانوں کو یقین کرنا چاہیے کہ ان کے شباب کی جان مادہ تولید میں ہے۔ وہ جس حد تک مادہ تولید کو ضائع کریں گے اسی حد تک ان کا شباب اور حسن جوانی رفتہ رفتہ بالکل فنا ہو جائے گی کاش ہمارے نفس پرست نوجوان جو لذت کے سمندر میں ڈوب کر اپنی ہستی کو فراموش کر چکے ہیں۔ یہ حقیقت جانتے کہ لذت کا دوسرا نام تحلیل روح ہے۔ فالج سکتہ ضعف دل و دماغ، ضعف بصر، ضعف معدہ ضعف مثانہ جریان، ایرقان، سل اور دق وغیرہ صدہا بیماریاں ہیں۔ جو نفس پرست نوجوانوں پر حملہ آور ہوتی ہیں۔ اور بیس بتیس سال کی عمر میں پیر صد سالہ معلوم ہوتے ہیں۔

حکیم علی ضیاء

صحبت

جماع کا وقت

جماع کا سب سے بہتر وقت وہ ہے جب کہ کسی سچی خواہش پیدا ہو یعنی جب کہ منی کی کثرت کی وجہ سے عضو مخصوص میں خود بخود حرکت ہو یا طبیعت کا خود بخود اس طرف میلان ہو اچھی عورتوں کے دیکھنے اور خیال کرنے سے حرکت پیدا ہوتی ہے وہ بناوٹی خواہش ہوتی ہے سا ایسی حالت میں جماع سخت کمزوری کا باعث ہوتا ہے جب منی کی وجہ سے بغیر خیال کے حرکت پیدا ہو تو وہ بہترین ہے۔ ایسی حالت میں جماع کرنے سے بدن ہلکا ہو جاتا ہے۔ طبیعت سے بوجھ ٹل جاتا ہے سکون سا محسوس ہوتا ہے، اور نیند کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔

جب غذا پورے طور پر ہضم ہو چکی ہو اس وقت جماع کرنا چاہیئے کھانے سے فارغ ہوتے ہی ایسا کرنا سخت مضر ہے۔ اس لئے اس وقت اندر کی ساری مشینری کھانے کو ہضم کرنے کی طرف لگی ہوئی ہوتی ہے طبیعت اور روح جماع کی لذت کے سبب سے معدے سے بے خبر ہو جاتی ہے اور انسانی جسم کی مشینری دوسری طرف لگ جاتی ہے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ غذا ہضم نہیں ہو سکتی۔ اور ضعف ہضم کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔

اگر کچھ دنوں یہی حالت رہے تو معدہ کمزور ہو جاتا ہے۔ قوت ہاضمہ زائل ہو جاتی ہے۔ ہلکا ہلکا بخار شروع ہو جاتا ہے۔ یہ بخار بڑھتا ہوتے کی صورت میں انسان دق کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ موذی مرض ایسا ہے کہ انسان کی زندگی کے لالے پڑ جاتے ہیں اس کتاب کے پڑھنے والے اگر کھانا کھانے کے بعد جماع سے باز آجائیں تو ہم سمجھیں گے کہ ہماری محبت پھل لائی۔

یاد رکھنا چاہیے کہ شکم سیری اور خالی معدہ دونوں حالتوں میں جماع مضر ہے مگر شکم سیری کی نسبت خالی پیٹ تو بہت ہی مضر ہے اس حالت میں طبعی حرارت سمجھئے اور روح تحلیل ہونیکی وجہ سے چہرہ بھی پچکتی ہے جس سے دق یقینی ہے اس لئے خالی پیٹ جماع کرنے سے سخت پرہیز کرنا چاہیے جو لوگ ان باتوں کی احتیاط نہیں کرتے وہ بہت جلد [illegible] لیتے ہیں

طب اور سائنس کی رو سے عورت کے نزدیک اس وقت جانا چاہیے جب نہ تو معدہ غذا سے خالی ہو اور نہ خوب بھرا ہوا ہو غذا کو کھاتے ہوئے اتنا عرصہ گذر چکا ہو کہ معدہ میں تحلیل ہو کر جگر کی طرف متوجہ ہونے والی ہو غذا کھانے کے قریب چار گھنٹے بعد تحلیل ہو کر جگر کی طرف جاتی ہے اگر شام کے سات بجے کھانا کھایا ہو تو رات کے گیارہ بجے کے بعد مشغول ہو جانا چاہیے

حکیم ولی جیلانی نے اپنی تصنیف میں لکھا ہے کہ مباشرت کے لئے سب سے بہتر وقت وہ ہے جب کہ غذا ہضم ہو چکی ہو مگر معدہ خالی نہ ہو۔ اگر کھانا ہضم ہونے سے پہلے کیا جائے تو مرض سدہ اور ضعف باہ یقینی ہے بعض اوقات لقوہ اور فالج بھی ہوتا ہے اگر بھوک کی حالت میں کیا جائے

حکیم علی ضیاء

تو بدن میں غیر معمولی خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔ قوت شہوت زوال آجاتا ہے ضعف بصر اور یرقان اور سل ہو جاتی ہے۔

جماع سے اصل غرض بقائے نسل ہے۔ خدا نے لذت اس لیے رکھی ہے کہ لوگ اصل غرض کی پرواہ نہیں کریں گے۔ کسے غرض پڑی کہ خواہ مخواہ کا بوجھ اٹھائے بچوں کی پرورش تعلیم و تربیت اور دکھ درد کی تکلیفیں برداشت کرے۔ مگر کون ہے جو اس فعل کو اس کی غرض سے کرتا ہے۔ عموماً اسے صرف لذت کیلیے کیا جاتا ہے۔ انسان اشرف المخلوقات کہلاتا ہے۔ مگر اس معاملے میں حیوانات سے بھی گرا ہوا ہے۔ حیوانات اس وقت مشغول ہوتے ہیں۔ جب مادہ اولاد پیدا کرنے کے قابل ہوتی ہے۔ اور خود خواہش کرتی ہے کوئی نر ایسی حالت کے سوا اپنی مادہ کے قریب نہیں جاتا۔ مگر انسان کی حالت دیکھیے۔ ہر وقت اسی نشہ میں سرشار ہے۔ وقت بے وقت جماع کرتا ہے۔ اور حیض میں بیماری میں حمل میں بھی باز نہیں رہتا۔ اور اس پر بھی اشرف المخلوقات کہلاتا ہے۔

یاد رکھنا چاہیے کہ قدرت کے اصولوں کی پیروی نہ کرنیوالوں کی قدرت ضرور سزا دیتی ہے۔ جو لوگ اولاد پیدا کرنے کے لیے مباشرت کرتے ہیں۔ وہ خود بھی خوش و خرم زندگی بسر کرتے ہیں۔ اور ان کے ہاں تندرست، توانا اور خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے۔ لذت ان کو بھی حاصل ہوتی ہے۔ مگر جو لوگ خواہش نفسانی میں اندھے ہو کر محض لذت کی خاطر ایسا کرتے ہیں۔ ان کے ہاں اولاد کا ہونا اتفاق کی بات ہے۔ اور جو اولاد پیدا ہوتی ہے۔ کمزور، ناتواں دائم المریض اور ناقص ہوتی ہے۔

کس کس حالت میں جماع کی ممانعت ہے

دن کے وقت، شکم سیر، خالی پیٹ، قے، دست، نکسیر، دردِ سر، بخار یا کسی کی جسمانی شکایت کی حالت میں یا طبیعت پر زور ڈال کر گھبراہٹ کی حالت میں بھی کبھی صحبت نہیں کرنی چاہیے۔ غم و غصہ شرم خوف اور انتہائی گرمی میں بھی اس فعل سے پرہیز کرنا چاہیے۔ اگر ان باتوں پر عمل نہ کیا جائے تو آلاتِ مردمی اور جملہ اعضا پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ حیض کے دنوں میں عورت کے پاس تک نہیں جانا چاہیے۔ ان دنوں عورت کے خون میں اس قسم کا ایک زہر ہوتا ہے۔ اور ہم بستر ہونے سے انسان مہلک امراض میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایامِ حمل میں بھی ایسا کرنا منع ہے۔ شاستروں میں لکھا ہے۔ کہ چاند کی پہلی اور چودہویں کو مرد عورت سے مباشرت نہ کرے۔

جماع سے پہلے کیا کیا احتیاطیں برتنی چاہیئے

جس رات اس فعل کا خیال ہو اس دن پہلے ہی تیاری کر لیں۔ صبح کی غذا مرغن مقوی اور خوب طاقت ور ہونی چاہیے گھی مکھن، بالائی وغیرہ کافی مقدار میں کھائیں۔ رات کی غذا زود ہضم اور ہلکی ہونی چاہیے۔ ثقیل یا مسی گرم قابض اشیاء نہ ہوں۔ دونوں میں سے کوئی بھی کسی قسم کی نفسی اشیاء استعمال نہ کریں۔ ترش اور گرم اشیاء خاص طور پر منع ہیں۔

اسی رات تک بھی قدرے کم کھانا چاہیے۔ شام کو جہل قدمی کے بعد الگ الگ سو جائیں۔ سونے سے پہلے مرد کو پیشاب ضرور کرنا چاہیے فرض کیا کہ شام سات بجے کھانا کھایا ہے۔ تو عمل خاص کے لیے رات گیارہ بجے اٹھیں

عورت سے کہیں کہ وہ پیشاب وغیرہ کرے کیونکہ اس سے اندامِ نہانی کی زائد رطوبت خارج ہو کر تنگی پیدا ہوتی ہے۔ اس سلسلہ میں حکیم محمود خان صاحب دہلوی بانی طبیہ کالج دہلی فرماتے ہیں۔ کہ پیشاب کے بعد عورت کو زیادہ لذت آتی ہے۔ اور وہ جلد منزل ہوتی ہے۔ یونانی حکما کا قول ہے۔ کہ مرد بھی پیشاب اور پاخانہ سے فارغ ہوئے مگر فارغ ہوتے ہی اس کام میں مشغول نہیں ہونا چاہیے۔

حکیم علی ضیاء

مرد اگر بستر پر جانے سے پہلے پیشاب کر چکا ہو۔ تو اسے دوبارہ پیشاب نہیں کرنا چاہیئے۔ کیونکہ اس سے شہوت اور قوت میں کمی آتی ہے۔ اور سرعتِ انزال ہوتا ہے۔ عموماً لوگ چارپائی پر مشغول ہوتے ہیں۔ مگر طب کی رو سے زمین پر نرم گدیلہ بچھا کر مشغول ہونا چاہیے زیادہ لطف کے علاوہ عضوِ مخصوص رحم کی گردن کے قریب بلا روک ٹوک پہنچ جاتا ہے۔ اور اس صورت میں حمل قرار پانے کی امید قوی ہوتی ہے۔ اور دراصل مقصد بھی یہی ہے

جماع کے بعد کیا کیا احتیاطیں کرنی چاہیئں

فراغت کے بعد ایک دم نہ اٹھیں بلکہ کچھ دیر بیوی سے علیحدہ ہوں مرد اور عورت کو اپنے اعضاءِ مخصوصہ کو اچھی طرح کسی کپڑے سے صاف کر لینا چاہیے بعض لوگ اسی وقت پانی میں دھو ڈالتے ہیں۔ یہ سخت نقصان دہ ہے۔ گرم رگوں پر جب ٹھنڈا پانی پڑتا ہے تو ضعفِ باہ کا باعث ہوتا ہے۔

بعض طبیب مشورہ دیتے ہیں۔ کہ فراغت کے بعد فوراً پیشاب کرنا چاہیئے مگر طب کی رو سے اسکی ممانعت ہے۔ چنانچہ حکیم محمد حسین

صاحب قریشی پرنسپل طبیہ کالج لاہور اپنی تصنیف میں لکھتے ہیں۔ کہ فراغت کے بعد دو گھنٹہ تک پیشاب نہ کریں ورنہ ضعف باہ اور ضعف مثانہ لاحق ہوگا۔ عورت کے پیشاب کرنے کی صورت میں ضعف کے علاوہ حمل نہیں ٹھہرتا۔ اس سلسلہ میں محمود خاں صاحب دہلوی یوں فرماتے ہیں جماع سے فارغ ہوتے ہی فوراً پیشاب نہیں کرنا چاہیئے اس سے قوت مردمی کم ہوتی ہے اور چہرے کا رنگ زرد ہو جاتا ہے۔ حکیم جالینوس نے بھی اس کتاب کی تائید فرمائی ہے اور لکھا ہے کہ ناحتشہ عورتوں کے قریب جانے والوں کے لئے پیشاب ضروری ہے۔

فراغت کے بعد عورت کو کم از کم دس پندرہ منٹ سیدھے لیٹا رہنا چاہیئے اور سانس اوپر کو کھینچنا چاہیئے اس سے قیام حمل میں مدد ملتی ہے صفائی کے اپنے اپنے بستروں پہ جا لیٹیں اور سونے کی تیاری کریں کامیاب جماع کی علامت ~~یہ ہے کہ~~ فراغت کے بعد خوب نیند آتی ہے صبح جب سو کر اٹھیں تو دونوں کی طبیعت ہشاش بشاش ہوگی اس وقت موسم کے لحاظ سے ٹھنڈے یا گرم پانی سے نہائیں فراغت کے بعد جسم کو سردی سے محفوظ رکھیں سرد پانی شربت یا کسی ٹھنڈی چیز کا استعمال نہیں کرنا۔ چاہتے بلکہ بھینس کے خوب گرم کئے ہوئے دودھ کے ساتھ اگر چاول کے برابر سلاجیت یا صاف کی ہوئی مومیائی کھائی جائے تو بہت مفید ہے۔ اس سے زائل شدہ طاقت واپس آجاتی ہے۔ اگر دودھ میسر نہ آسکے۔ تو کوئی نہ کوئی طاقت بخش چیز ضرور کھائیں۔

حکیم علی ضیاء

مجبور کر لیتا ہے۔ خود غرض مرد اس بات کی پرواہ نہیں کرتا کہ عورت کی طبیعت اس طرف مائل بھی ہے۔ عموماً مرد اس بات کا کوئی لحاظ نہیں رکھتے کہ عورت کسی وجہ سے رنجیدہ ہے یا اداس کبھی بیمار یا نزلہ اور زکام درد سر وغیرہ میں گرفتار ہے یا دن بھر کام کرنے کی وجہ سے چور ہے اور مرد کی خواہش پوری کرنے کے قابل نہیں ہے مرد چاہتا ہے کہ عورت کو حاجت روائی کے لئے ہر وقت تیار رہنا چاہیئے مگر یاد رکھیے کہ اس طرح ہم صحبت ہونے سے نہ صرف مرد کو حقیقی لطف حاصل نہیں ہوتا بلکہ بعض اوقات عورت بھی متعدد امراض میں گرفتار ہو جاتی ہے خود مرد کو بھی تکلیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور ضعف باہ کا مرض ہوتا ہے ڈاکٹروں کا متفقہ فیصلہ ہے کہ عورتوں کو بعض بیماریاں محض اس وجہ سے رونما ہوتی ہیں کہ مرد مشغول ہونے سے پہلے عورت کو آمادہ نہیں کرتے۔ شہوت کی حالت میں ہر مرد کا عضو پھیل کر اپنی اصلی حالت سے کئی گنا بڑھ جاتا ہے عورت چونکہ تیار نہیں ہوتی ہے سخت تکلیف اٹھانی پڑتی ہے اگر مشغول ہونے سے پہلے عورت کو آمادہ کر لیا جائے تو اس کے اندام نہانی میں ایک قسم کی رطوبت پیدا ہوتی ہے جس سے وہ مقام نرم اور ملائم ہو جاتا ہے۔

ڈاکٹر ڈی میری سٹوپس نے سہیلی کا حسب ذیل واقع لکھا ہے۔ خاوند اس سے بہت محبت کرتا تھا۔ ان کے باہمی تعلقات خوشگوار تھے لیکن بیوی ہمیشہ محسوس کرتی تھی کہ خاوند کی محبت میں کسی چیز کی کمی ہے ایک دن مباشرت کے دوران میں انہوں نے بیوی کی چھاتیوں کا بوسہ لیا تو انہیں اس غیر معمولی لذت کا احساس ہوا جس سے وہ محروم تھے۔ ایک عورت محض اس لئے پژمردہ تھی کہ اس کا خاوند خلوت میں محض اپنے کام سے

کام سے کام رکھتا ابتدائی دور چھیڑ چھاڑ اور پیار محبت کی باتیں نہیں کرتا تھا۔ آئے دن عورت کی آوارگی کے قصے سنے جاتے ہیں مگر کیا کسی نے اس کی طرف توجہ دی ہے کہ ایسے واقعات کیوں رونما ہوتے ہیں جو لوگ کرتے ہیں کہ عورت مطیع اور فرمانبردار نہیں یا جن کے گھروں میں نت نئے جھگڑے پیدا ہوتے ہیں وہ جانتے ہیں کہ اس کی اصلی وجہ کیا ہے اگر طب اور سائنس کی رو سے دیکھا جائے تو مشغول ہونے سے پیشتر بیوی کی خواہش کو بیدار کر لینا نہایت ضروری ہے یونانی اور آیورویدک حکیم اور یورپین ڈاکٹر اس بات پر متفق ہیں کہ بیوی کی آمادگی کے بغیر مشغول نہیں ہونا چاہیئے بیوی کی رضا و رغبت سے فعل جنسی کرنے سے خانگی زندگی کی اصلی مسرتیں حاصل ہوتی ہیں اس کے علاوہ بیوی بہت سی بیماریاں مثلاً جریان الرحم، ہسٹریا حیض کا رک رک کر آنا یا کم آنے سے محفوظ رہے گی۔

بیوی کو آمادہ کرنے کے لئے حسب ذیل تین طریقے اختیار کریں جن کا طب اور سائنس کی کتابوں میں تذکرہ ہے عورت کی شہوت ایک مقام پر نہیں رہتی بلکہ مختلف مقامات پر پائی جاتی ہے اس لئے حسب ذیل مقامات کے مساس سے عورت میں قدرتی جذبہ پیدا ہو جاتا ہے۔

(۱) پستان کا مساس (۲) ہونٹ کا مساس (۳) اندام کے بالائی حصہ کا مساس بھی [illegible]

(۱) [illegible] پستان کے مساس سے بہت جوش ہوتی ہے۔ طبی اصولوں کے مطابق اس میں یہ راز ہے کہ پستانوں کے ریشے عورت کے رحم سے پیوستہ ہیں جب حیض کا خون بند ہو جاتا ہے تو رحم میں اسی خون سے بچے کی پرورش ہوتی ہے بچے کی پیدائش کے بعد یہی خون عورت کے

حکیم علی ضیاء

پستانوں کے ذریعہ دودھ کی شکل میں بچے کو ملتا ہے چنانچہ رحم اور پستانوں کا یہ باہمی رشتہ عورت کی شہوت سے بھی گہرا تعلق رکھتا ہے پستانوں کے مساس کا طریقہ یہ ہے کہ پستان کی گرہ کو دو انگلیوں سے آہستہ آہستہ ملیں یہاں تک کہ اس میں سختی آ جائے طب کی رو سے یہ اس بات کی علامت ہے کہ عورت کی خواہش پیدا ہو رہی ہے نرمی نہ خواہش ہونے کی علامت ہے۔

(۲) عورت کے نچلے ہونٹ کا بوسہ لیا جائے کم شہوت عورتوں کی خواہش اس عمل سے فوراً جاگ اٹھتی ہے مگر کم شہوت عورتوں پر اس کا حسب منشاء اثر نہیں ہوتا۔

(۳) مساس کا تیسرا مقام اندام نہانی کا بالائی حصہ ہے۔ انگریزی میں کلٹورس کہتے ہیں یہ عورت کی شہوت کا خاص مقام ہے اس جگہ مساس عورت کی خواہش کو بہت جلد بیدار کرتا ہے طبی کتابوں میں لکھا ہے کہ اس مقام کو آہستہ آہستہ کھجایا جائے عورت بہت جلد بیدار ہو جاتی ہے اس حالت میں نہ صرف فریقین کو زیادہ لذت حاصل ہوتی ہے۔ بلکہ حمل قرار پانے کی امیدیں بھی قوی ہو جاتی ہیں۔

دوسرے لفظوں میں یوں کہنا چاہیئے کہ بقائے نسل کے لئے بھی ضروری ہے کہ عورت کو آمادہ کیئے بغیر مشغول نہ ہوں طبی اصولوں کے مطابق اس میں یہ راز ہے کہ جوش شہوت میں عورت کی بچہ دانی کا منہ عموماً کھل جاتا ہے اور مرد کا عضو بالکل بچہ دانی کے سامنے پہنچ جاتا ہے اور منی بچہ دانی میں فوراً داخل ہو جاتی ہے۔ اور حمل ٹھہر جاتا ہے اس کے علاوہ ڈاکٹروں نے تاکید کی ہے۔ کہ قوت مردمی بحال رکھنے کے لئے بھی ضروری ہے۔ کہ مرد عورت کے نزدیک اسی وقت

جائے جب کہ دونوں بے قرار ہوں۔ اور دونوں کی طبیعت اس طرف راغب ہو ورنہ عورت کی آمادگی کے بغیر مرد کا مشغول ہونا مرد کے لئے نقصان دہ ہے اس سے قوتِ مردمی کو سخت نقصان پہنچتا ہے

حکیم علی ضیاء

عورت کے آمادہ ہونے کی علامتیں

جب عورت کی طبیعت مائل ہو تو جس جگہ بھی ہاتھ لگایا جائے وہ خوشی اور لذت محسوس کرتی ہے آہستہ آہستہ جب سانس سے آنکھیں سرخ ہو جائیں تو سمجھنا چاہئیے کہ عورت کی خواہش جاگ اٹھتی ہے طبی کتابوں میں لکھا ہے کہ جب عورت کی خواہش بیدار ہوتی ہے تو وہ بے کل ہو جاتی ہے اظہارِ محبت کرتی ہے آنکھیں بند کرتی ہے سانس زور زور سے آنا شروع ہوتا ہے عورتوں میں شرم و حیا کا مادہ قدرتی ہوتا ہے عورت بہت کم اپنی زبان سے اظہار کرتی ہے لیکن عقلمند خاوند بیوی کے دل کا راز زبان تک آئے بغیر معلوم کر لیتا ہے جو خاوند بیوی کو خوش دیکھنا چاہتے ہیں بیوی کے جذبات و خیالات کا مطالعہ کریں اور کبھی بھی اس کی آمادگی کے بغیر مشغول نہ ہوں خوب یاد رکھیں کہ عورت کی خوشی نہ بزاز کی دکان میں بکتی ہے اور نہ صراف کی دکان سے خریدی جا سکتی ہے عورت کی خوشی شوہر کی بروقت توجہ میں پوشیدہ ہوتی ہے۔

جو لوگ ان ہدایتوں پر عمل کریں گے ان کی زندگی نہایت پر لطف اور پر مسرت گزرے گی ان کے تمام فسادات کافور ہو جائیں گے۔ اور بیوی اونی خاوند کی طرح ان کی فرماں بردار رہے گی۔

عورت خود بخود کب آمادہ ہوتی ہے

مردوں کی یہ حالت ہے کہ ان کے جذبات ہر وقت مشتعل ہو سکتے ہیں ذرا سے اشارے کی ضرورت ہے دن ہو یا رات سردی ہو یا گرمی مرد ہر وقت اس کام کے لئے تیار ہو سکتا ہے اسے ایک معمولی موقعہ کی ضرورت ہے لیکن مردوں کے مقابلے میں عورتوں کی فطرت بالکل جدا ہے عورت میں بہت کم جذبہ ہوتا ہے اور قدرت نے اس میں ضبط اور صبر کا مادہ پیدا کیا ہے عورت مرد کی طرح بے قابو ہو کر کپڑوں سے باہر کبھی بھی نہیں ہوتی اس کے دل میں ہم کنار ہونے کی لہرا اٹھے گی مگر وہ اس کے لئے بیقراری کا اظہار بھی نہیں کرے گی جیسا کہ مرد کرتے ہیں عورت کا دل اگر بے چین ہوگا اپنی قدرتی شرم و حیا کی وجہ سے اس جذبہ کو ابھرنے نہیں دیتی اگر مرد عورت کے جذبات معلوم کرنا چاہے تو اسے کانوں کی بجائے آنکھوں سے کام لینا چاہیئے عورت کبھی حرفِ مدعا زبان پر نہیں لاتی عورت کے جذبات اس کی حرکات و سکنات سے معلوم ہو سکتے ہیں مثلاً جب عورت پر خواہش کا غلبہ ہوتا ہے تو اس کے اٹھنے بیٹھنے کا خاص اندازہ ہوتا ہے وہ مختلف ناز اور نخروں سے شوہر کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے اسکی حرکات عجیب و غریب ہوتی ہیں باتیں کرتے کرتے وہ کبھی چارپائی پر لیٹ جاتی ہے اور کبھی اٹھ بیٹھتی ہے سر سے دوپٹہ گرا دیتی ہے انگڑائیاں لیتی ہے مرد کی طرف محبت بھری نگاہوں سے دیکھتی ہے اس کے جسم کے ہر عضو عجیب و غریب کیفیت ظاہر ہوتی ہے۔

جس عورت کا بچہ ابھی کم عمر ہو وہ اپنا سارا وقت اس کی دیکھ بھال

میں صرف کرتی ہے اور بہت کم دوسری طرف توجہ دیتی ہے کیونکہ عورت کے زیادہ خوش کن مشغلہ اور کوئی نہیں جب عورت کو دوبارہ حیض کا خون شروع ہوتا ہے تو ابھی مہینے دوبارہ خصوصیت کے ساتھ خواہش پیدا ہوتی ہے ایک دفعہ خون حیض بند ہو چکے بعد دراصل قیام حمل کے لئے بھی یہ بہترین طریقہ ہے۔ ان دنوں ضرور مشغول ہونا چاہیئے اگر سارا مہینہ پرہیز نہ کر کر صرف ان ایام میں مباشرت کی جائے تو کبھی انسان کمزوری کا شکار نہیں ہوتا اگر حمل قرار پا جائے تو تندرست اولاد ہو گی۔

حکیم علی ضیاء

عورت کے منزل ہونے کی شناخت

جس وقت قریب ہو تو عورت کی آنکھوں میں ایک عجیب سا خمار پیدا ہو جاتا ہے اس کی حرکات مضطربانہ ہوتی ہیں وہ خاوند سے لپٹتی ہے بوسے لیتی ہے اس سے شرم و حجاب دور ہو جاتا ہے آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں پھر جب ہو جائے تو عورت نڈھال ہو جاتی ہے جسم ڈھیلا ہو جاتا ہے عورت جماع سے متنفر اور شرمندہ سی دکھائی دیتی ہے۔ بعض اوقات شرم سے منہ چھپا لیتی ہے اندام نہانی میں رطوبت ظاہر ہوتی ہے لیکن نطفہ قرار پانے کی حالت میں اکثر رطوبت کے ظاہر ہونے سے عورت کو منزل ہونے پر مامور نہیں کرنا چاہیئے۔ کیونکہ شدت لذت سے بھی تھوڑی سی رطوبت نکل آتی ہے۔ اور کمزور عورتوں میں یہ رطوبت کثرت سے نکلتی ہے۔

مرد کیوں پہلے منزل ہوتا ہے

عام طور پر مرد عورت سے پہلے منزل ہوتا ہے اس کی وجہ تو یہ ہے کہ مرد عورت کے قریب جانے سے پہلے ہی شہوت میں سرشار ہوتا ہے اور فوراً ہی مشغول ہو جاتا ہے مگر عورت تیار نہیں ہوتی اس لئے مرد عورت سے پہلے فارغ ہو جاتا ہے۔ مرد میں قوت شہوت اور منی کی پیدائش زیادہ ہوتی ہے اس لئے انتشار زیادہ ہوتا ہے اور اخراج بھی جلد ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ مرد کے جلد انزال ہونے کی ایک اور وجہ ہے جسے حکیم محمود خاں دہلوی ان الفاظ میں لکھتے ہیں۔

مرد کی منی کمر سے نکلتی ہے جگہ قریب ہونے کی وجہ سے بہت جلد حرکت پا کر سرعت انزال کا باعث ہوتی ہے نیز مرد کے جلد انزال ہونے کا ایک سبب یہ بھی ہے کہ اسکا مزاج گرم اور خشک ہوتا ہے۔

عورت کیوں دیر سے منزل ہوتی ہے

بقول حکیم محمود خاں صاحب دہلوی عورت کی منی چھاتیوں کے قریب سے اترتی ہے اس لئے اخراج کا راستہ زیادہ طے کرنا پڑتا ہے عورتوں کا مزاج سرد تر ہوتا ہے منی کی پیدائش بھی کم ہوتی ہے۔ نیز عورتوں کی منی دیر سے حرکت کرتی ہے بدیں وجہ انزال بھی دیر میں ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ مرد کی نسبت عورت بہت کم شہوت میں سرشار ہوتی ہے وہ اس کام میں دیر سے راغب ہوتی ہے اور دیر میں انزال ہوتی ہے

ایک ساتھ منزل ہونیکا طریقہ

محبت پیار بوسے وغیرہ سے ابتدا کریں ، باقاعدہ مساس کریں اور عورت کو آمادہ کرنے کے باب پہ عمل کریں چھاتیوں کے مساس سے عورت کو خاص لطف حاصل ہوتا ہے۔ طبی اصولوں کے مطابق چھاتیوں کے مساس سے عورت کی منی حرکت میں آجاتی ہے اور خواہش بھڑک اٹھتی ہے جب عورت مضطربانہ حرکات کرنے لگے اور بیقراری کا اظہار کرے تو مشغول ہوں یہ بات یاد رکھنی چاہیئے کہ ایک ساتھ منزل ہونے کا امکان محض اس حالت میں ہے جبکہ مرد کیطرح عورت بھی اس طرف آمادہ ہوا اور اس کی منی جوش میں آچکی ہے عام مرد اور عورت ایک ساتھ کیوں نہیں ہوتے اس کی وجہ یہ ہے کہ مرد صحبت سے پہلے عورت کو آمادہ نہیں کرتا مرد شہوت میں سرشار ہوتا ہے مگر عورت کے جذبات میں کسی قسم کا ہیجان نہیں ہوتا جسکا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ مرد چند منٹوں میں ختم ہو جاتا ہے عورت مطمئن نہیں ہوتی جب اس کی طبیعت میں جنبش اور منی میں حرکت پیدا ہو نیلگتی ہے تو مرد اس سے الگ ہو جاتا ہے اس قسم کے اتفاقات بار بار ہونے پر نہ عورت کی صحت خراب ہوتی ہے بلکہ عورت کو خاوند سے نفرت سی ہو جاتی ہے ۔

مرد کے خصیٹے باہر ہونے میں حکمت

خدا کا کوئی کام حکمت سے خالی نہیں خدا نے مرد کے خصیے باہر بنائے ہیں اور عورت کے خصیے شرمگاہ کے اندر بچے دانی کے دونوں جانب پیدا کیے ہیں اس میں خدا کی حکمت یہ ہے کہ مرد عورت دونوں ایک ساتھ منزل ہوں اور بحر منشائے بقائے نسل پورا ہو۔

مرد کی منی مزاج کی تیزی کی وجہ سے جماع کیوقت فوراً حرکت میں آجاتی ہے اگر خصیے اندر ہوتے تو بدنی حرارت اور جماع کی حرکت کیوجہ سے فوراً انزال ہو جاتا مرد کے خصیے باہر ہونے میں حکمت ہے کہ بدنی حرارت سے محفوظ رہیں اور جلد انزال نہ ہو

عورت کے خصیٹے اندر ہونے میں حکمت

عورت کے مزاج سرد تر ہے اس لیئے اس کی منی دیر میں حرکت کرتی ہے اگر اس کے خصیٹے میں مرد کی طرح باہر ہوتے تو عورت کا منزل ہونا نہایت مشکل ہو جاتا اس صورت میں کے خصیٹے جماعی حرکت سے متاثر نہیں ہو سکتے تھے۔ عورت کے خصیے بدن کے اندر رکھنے میں حکمت یہ ہے کہ منی بدنی حرارت اور جماع کی حرکت سے پگھل کر جلد انزال ہو جائے اگر مرد اور عورت میں موجودہ حالت کے خلاف ہوتا تو ہرگز ہرگز ایک ساتھ انزال نہ ہوتا حمل اس حالت میں قرار پاتا ہے جب کہ مرد عورت میں کسی قسم کا نقص نہ ہو۔ اور دونوں ایک ساتھ منزل ہوں۔ بعض کتابوں میں لکھا ہے کہ ایک ساتھ منزل ہونا حمل کے لئے کوئی شرط نہیں مرد کا عضو عورت کے رحم میں پہنچنا چاہیئے

حکیم علی ضیاء

حکیم علی ضیاء

بے اعتدالیاں

کثرت جماع کے نقصانات

وہ لوگ سخت غلطی پر ہیں جنہوں نے عورت کو صرف حظ انسانی ہی کا ذریعہ سمجھ رکھا ہے اس خبط میں مبتلا ہو کر اپنی قوت سے زیادہ وقت بے وقت مباشرت کرنا اپنے ہاتھوں قبر کھودنا گویا ممکن ہے کہ کسی قوی مرد کو کچھ عرصے تک اس فعل کی کثرت کے نقصانات محسوس نہ ہوں یا کوئی شخص اس کی پرواہ نہ کرے تاہم غلطی پھر بھی غلطی ہے دیر سویرے ہی دنوں میں یہ بے اعتدالیاں ضرور رنگ لاتی ہیں۔

دودھ، گھی، مکھن، بالائی جو ہم کھاتے ہیں ہضم ہونے کے بعد اس کا خون بنتا ہے۔ جیسے شدہ لطیف و پختہ خون سے منی بنتی ہے یہ مادہ بہت قلیل مقدار میں بنتا ہے منی بنسبت خون کے زیادہ لطیف جوہر ہے خیال کرنا چاہیئے کہ معمولی حالت میں خون خارج ہونے سے انسان کو ضعف پہنچتا ہے تو اس کے زائد مقدار خارج ہونے کا نتیجہ کیا نکلے گا حکمائے قدیم کا قول ہے کہ اگر منی سے دوگنا خون بدن سے نکالا تو بھی اس کے برابر کمزور نہ کریگا اس سے اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ منی کے ضائع کرنے میں کس قدر نقصان ہے۔

کثرت جماع یعنی منی زیادہ خارج کرنے سے دل، دماغ، جگر، معدہ، گردہ مثانہ اور جسم کے تمام قویٰ پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ دل کسی کام میں نہیں لگتا حافظ خراب ہو جاتا ہے معدے میں فتور کھانا ہضم نہیں ہو سکتا۔ آنکھوں کی بینائی کم ہو تی ہے۔ چہرہ زرد اور آنکھیں اندر کو گھس جاتی ہیں صفر غالب ہو جانے کے سبب حرارت لگتی ہے مارے خشکی کے نیند نہیں آتی احتلام جریان، سرعت انزال مرگی اور دق نہ جانے کون کون سے امراض لاحق ہو کر انسان کو قبل از وقت ضعف کر کے موت کے منہ میں پہنچا دیتے ہیں۔

زیادہ جماع کرنیوالوں کی بیویاں بہت کمزور ہو جاتی ہیں ان میں اولاد پیدا کرنے کی قابلیت نہیں رہتی لیکوریا ہو جاتا ہے۔ مرد عورت دونوں پر بڑھاپا جلد آتا ہے سر کے بال سفید اور زکام کی شکایت عام ہو جاتی جماع سے مقصود نسل انسانی کا باقی رہنا ہے عقلمند آدمی اپنی منی کو یوں ضائع نہیں کرتے مگر اس زمانے میں نادانوں کی کثرت سے لوگوں نے عورت کو عیش پرستی کا ذریعہ بنا لیا ہے اور اپنی منی کو بے دردی سے ضائع کرتے ہیں ہمارے نوجوان دن بدن تباہی کی طرف جا رہے ہیں ان کی جوانی برباد ہو رہی ہے۔ اور قبل از وقت بڑھاپا آ رہا ہے۔

ایک بار مباشرت کرنے کے بعد دوسری مرتبہ اس وقت تک نہیں کرنا چاہیئے جب تک کہ طبیعت میں پہلے ہی چستی اور قوت پیدا نہ ہو جائے جہاں تک ہو سکے منی کی حفاظت کرو۔ یہ قیمتی چیز ہے اسے یونہی ضائع مت کرو یاد رکھنا چاہیئے کہ ایک مرتبہ کے فعل سے خالص خون کے قریباً آٹھ سو قطرے برباد ہوتے ہیں اور وہ اسی طرح کے ۸۰ قطروں سے منی کا ایک قطرہ بنتا ہے اور ایک وقت میں منی کے قریب دس

قطرے خارج ہوتے ہیں دوسرے لفظوں میں یوں کہنا چاہیئے کہ ایک دفعہ میں خالص خون کے کم و بیش آٹھ سو قطرے ضائع ہوتے ہیں یہی وجہ ہے کہ اس فعل سے تکان سی محسوس ہوتی ہے۔

بقراط سے کسی نے پوچھا کہ انسان کو ہفتہ میں کتنی دفعہ یہ فعل کرنا چاہیئے اس نے جواب دیا ایک مرتبہ پھر دریافت کیا گیا کہ اگر انسان اسے زیادہ چاہے بقراط نے جواب دیا دو مرتبہ سے زیادہ کبھی نہیں ہوتا اس شخص نے پوچھا اگر انسان اس سے بھی زیادہ کرنا چاہے بقراط نے جواب دیا تمہاری جان تمہارے اندر ہے تم جب چاہو اسے نکال کر باہر پھینک دو۔

ڈاکٹر کولٹن (مشہور یورپین سرجن) کا قول ہے کہ ہم جوانی میں جتنی بے اعتدالیاں کرتے ہیں وہ دستاویز ہوتی ہیں جن کا اصل معہ سود بڑھاپے میں ادا کرنا پڑتا ہے بڑھاپے میں کیا بد اعتدالیوں کا خمیازہ انسان جوانی میں ہی بھگت لیتا ہے۔ ہم دیکھتے ہیں کہ بے شمار نوجوانوں میں ضعیف نظر آتے ہیں گال پچک جاتے ہیں آنکھیں اندر گھس جاتی ہیں رنگ زرد پڑ جاتا ہے۔ دماغ جواب دے دیتا ہے اور قویٰ کام کرنے سے رہ جاتے ہیں۔

زیادہ جماع کرنے والوں کے ہاں نہایت کمزور، مکروہ صورت اور دائم المریض اولاد پیدا ہوتی ہے۔ مثل ہے کہ۔

حکیم علی ضیاء

یعنی والدین نے ترش انگور کھائے اور دانت بچوں کے کھٹے ہو گئے نوجوان کو سوچنا چاہیئے کہ کثرت جماع سے وہ نہ صرف اپنی ہی زندگی برباد کرتے ہیں بلکہ آئندہ پیدا ہونے والی نسل کی بھی بربادی کے سامان کر رہے ہیں۔

ایک چارپائی پر سونے کے نقصانات

بعض مرد ایک اور عورت ایک بستر پر سوتے ہیں یہ صحبت ان کے لئے سخت مضر ہے علاوہ اس کے قدرتی نیند حاصل نہیں ہوتی اور پورا آرام نہیں ملتا اور بھی بہت سے نقصانات ہیں ایک بستر پر سونے سے خواہ مخواہ خواہش پیدا ہوتی ہے اور بار بار طبیعت جماع کی طرف مائل ہوتی ہے جس سے انسان کمزور اور زرد ہو جاتا ہے لیکن اگر کوئی طبیعت پر قابو نہیں رکھ سکتا فوراً جماع کے لئے تیار ہو جاتا ہے لیکن اگر کوئی قابو رکھے بھی (جو قریباً ناممکن ہے) تو انسان آہستہ آہستہ بے حس ہو جاتا ہے اور حرارت غریزی کم ہو جاتی ہے جس سے قوت باہ کو ضعف پہنچتا ہے۔

عورت کے مس ہونے سے بدن میں گرمی پیدا ہوتی ہے جس سے مرد کا ویرج پتلا پڑ جاتا ہے اس کے علاوہ جسم میں ہوا ہوتی ہے جب گرمی سے ویرج پتلا ہونا شروع ہو جاتا ہے تو ہوا اسے باہر کی طرف دھکیلتی ہے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ صبح کے وقت پیشاب کے ہمراہ انسانی جسم کا اصلی جوہر یعنی ویرج خارج ہو جاتا ہے جس کے سبب سے انسان بہت کمزور اور زرد ہو جاتا ہے۔

اس کے علاوہ چارپائی پر سونے کے اور بھی بہت سے نقصانات ہیں انسان کے جسم سے سانس کی صورت میں زہریلی ہوا باہر آتی ہے۔ ایک

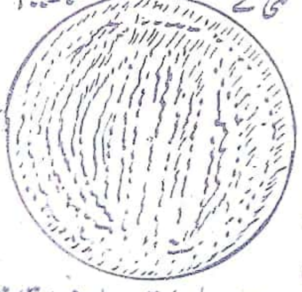
چارپائی پر سونے سے زہریلی دوا ایک دوسرے کے جسم میں داخل ہوتی ہے اور مختلف بیماریوں کا باعث ہوتی ہے اکٹھے سونا حفظان صحت کے اصولوں کے خلاف ہے دو جسموں کے یکجا رہنے کی صورت میں خون کا دوران باقاعدہ نہیں رہتا اور اعضا کے نشوونما کو سخت نقصان پہنچتا ہے تندرستی کے لئے نہایت ضروری ہے ایک چارپائی پر سونے سے نیند نہیں آتی جسم کو آرام نہیں ملتا اور صحت پر برا اثر پڑتا ہے ایک چارپائی پر نہ سوئیں ہاں کبھی چند منٹ کے لئے اکٹھے ہو سکتے ہیں لیکن رات بھر ایک چارپائی پر سونا سخت مضر صحت ہے۔

دیریہ یا منی:۔ جو کچھ ہم کھاتے ہیں اس سے کیموس یعنی سفید رس ملتا ہے اس کی دوسری صورت خون ہوتی ہے اور خون کا جوہر منی کی صورت اختیار کرتا ہے جس طرح سیروں دودھ سے تولوں کی مقدار میں مکھن نکلتا ہے اسی طرح خون کے نہایت قیمتی اجزا سے منی کے چند قطرے بنتے ہیں سائنسدان نے ثابت کیا ہے کہ خون کے ۸۰ قطروں سے منی کا ایک قطرہ بنتا ہے منی دودھیا رنگ کی اور لیسدار ہوتی ہے اس میں ایک قسم کی بو ہوتی ہے باریک کپڑے پر اس کا گہرا سا دھبہ لگ جاتا ہے خشک ہونے پر ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے لسی لگی ہوتی ہے۔

خدا کی قدرت دیکھیے جس طرح ایک چھوٹے سے بیج میں ایک بڑا بھاری درخت چھپا ہوا ہوتا ہے اسی طرح منی کے قطرے میں نہ صرف انسانی جسم کی ہی صلاحیت ہوتی ہے بلکہ اس کی جملہ عادات و خصائل بھی ہوتی ہے جس کا ہے کہ سے نے مرد کا خون سرخ ہوتا ہے اسی طرح دنیا میں بسنے والے انسان کی منی

حکیم علی ضیاء

یکساں نہیں ہوتی یعنی ہر ایک ملک و قوم لوگوں کی منی کے جراثیم کی بناوٹ یکساں نہیں ہوتی۔ سائنسدانوں نے تحقیقات سے ثابت کر دیا ہے کہ منی میں جراثیم ہوتے ہیں اور وہ ہر جاندار کی منی میں پائے جاتے ہیں منی کے جراثیم دم دار کیڑے کی مانند ہوتے ہیں جیسا کہ تصویر میں دکھایا گیا ہے ان دم پتلی اور سر موٹے ہوتے ہیں یہ منی کے اندر اس طرح حرکت کرتے ہیں جس طرح مچھلی پانی میں تیرتی ہے لمبائی میں ۱/۴ سے ۱/۶۰۰ انچ تک ہوتے ہیں یہ ایسی خوردبین سے دیکھے جاتے ہیں جو ایک قطرہ کو پانچ سو گنا بڑھا دینے والی ہو ان کیڑوں کی خاصیت یہ ہے کہ وہ ہمیشہ آگے کو حرکت کرتے ہیں یعنی وہ



منی کے جراثیم

خود بخود بوقت انزال عورت کے رحم کی طرف بڑھتے ہیں اور رحم میں زنانہ منی کے کیڑوں سے مل کر باعث حمل ہوتے ہیں یہ جراثیم عورت کے جسم میں چوبیس گھنٹے تک زندہ رہ سکتے ہیں اور اسی اثنا میں کسی وقت بھی عورت کے انڈے سے ملاپ ہو حمل ٹھہر سکتا ہے بعض اوقات فوراً ہی ملاپ ہو کر حمل ٹھہر جاتا ہے اور بعض اوقات جماع کے کئی گھنٹے بعد قیام حمل ہوتا ہے کمزور منی کے کیڑے بھی کمزور ہوتے ہیں اور وہ آہستہ آہستہ حرکت کرتے ہیں طاقتور منی کے کیڑے تیز رفتار ہوتے ہیں اور وہ بہت جلد عورت کے رحم تک پہنچ جاتے ہیں کمزور منی میں حمل کرنے کی صلاحیت نہیں ہوتی اگر حمل ٹھہر بھی جاتے تو کمزور بچہ پیدا ہوتا ہے جو بہت کم حالتوں میں زندہ رہتا ہے بڑھاپے میں یہ جراثیم کم ہو جاتے ہیں یا بالکل نہیں رہتے اسی لئے اسی عمر میں انسان اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتا ہے۔

منی کے ایک قطرے کو شراب میں ڈال کر تجربہ کیا گیا ہے کہ جراثیم فوراً ہلاک ہو گئے ابتدا نیم گرم پانی میں جس میں ایک بوند شراب کی تھی منی کے دو قطرے ڈالکر خوردبین سے دیکھا گیا ابتدا میں جراثیم عجیب عجیب حرکت کرنے لگے آہستہ آہستہ نیم مردہ ہو گئے پانی میں شراب کی چند بوندیں اور ڈالی گئیں تو جراثیم فوراً ہلاک ہو گئے ان کیڑوں پر دوسری زہریلی اشیا مثلاً تیزاب اب نمک تمباکو افیون چرس وغیرہ کا اثر مہلک ہوتا ہے۔

جو لوگ منشیات اشیاء کا استعمال کثرت سے کرتے ہیں انہیں جاننا چاہیئے کہ منشیات دل و دماغ کو ہی خراب نہیں کرتیں بلکہ منی کے کیڑوں کو بھی ہلاک کر دیتی ہیں اس صورت میں انسان اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتا ہے اگر کیڑے ہلاک نہ ہوں تو کمزور پڑ جاتے ہیں اس صورت میں اولاد نصیب سے انسان محروم ہو جاتا ہے یا کمزور اولاد پیدا ہوتی ہے۔

منی کے زیادہ اخراج سے قبل از وقت بڑھاپا آجاتا ہے منی کی حفاظت کرنیوالے لوگ خوبصورت اور طاقتور ہوتے ہیں ان کے مقابلہ میں عیاش لوگ کمزور بدصورت کم عقل اور بزدل ہوتے ہیں

حکیم علی ضیاء

عورت میں شہوت زیادہ ہے یا مرد میں

بعض لوگ ایسے بھی ہیں جنہیں چوراہوں کے مجمع باز منجن سفوف اور طلا فروشوں کے جاہلانہ لیکچروں نے غلط فہمی میں مبتلا کر رکھا ہے۔ وہ طرح طرح کے اشتہار پڑھ کر عورت میں نو گنا شہوت بتاتے ہیں۔ اور سننے والے سادہ انہی من گھڑت باتوں کا یقین کرنے لگتے ہیں چنانچہ عام طور پر سمجھا جانے لگا ہے کہ عورت میں مرد سے زیادہ شہوت ہوتی ہے یہ بالکل

غلط ہے عورت کی شہوت پر سب سے بڑی دلیل یہ ہے کہ طبی رو سے عورت کا مزاج سرد تر ہے برودت و سردی تمام قوتوں کو مردہ کر دیتی ہے رطوبت و تری قوتوں کو ڈھیلا کرتی ہے۔ زنانہ خواہشات کی زیادتی اس وقت بھی قابل تسلیم ہو سکتی تھی کہ مرد کی طرح خارج ہونے پر بھی وہی دم خم رہتا جو مرد میں رہتا ہے چاہے جب آزما لیجئے کہ نازک اندام عورت ایک ہی مرتبہ اچھی طرح خارج ہو جانے سے شل ہو جاتی ہے اور مرد کے لئے کئی کئی بار منزل ہونا کوئی خاص کمال نہیں سمجھا جاتا۔

خیال کیجئے تو عورت کی جان کو کتنے ہی روگ مثلاً حیض وضع حمل بچے کو دودھ پلا کر پرورش کرنا وغیرہ لگے ہوئے ہیں جن سے مرد کا کوئی واسطہ نہیں ادھر صحبت کی ادھر چلتا پھرتا نظر آیا یہاں ایک ہی مرتبہ لطفہ قرار پا جائے تو بس چھٹی ہوئی قانون قدرت کے مطابق عورت پھر ایک طویل مدت تک اس کام کی نہیں رہتی۔

تجربہ کی بنا پر کہا جا سکتا ہے کہ مرد زیادہ شہوت پرست ہیں ہر مرد کو اپنے گریبان میں ڈال کر بتانا چاہیئے کہ ابتدا کس طرف سے ہوتی ہے مرد ہی عورت کو تیار کرتا ہے ورنہ عورت فطرتاً بڑی نفس کش ہے۔ اکثر عورتیں مرد کو صحت کا واسطہ دیکر جماع سے باز رکھنے کی کوشش کرتی ہیں

بعض نادان نوجوان شادی کے ابتدائی ایام میں کئی کئی مرتبہ مباشرت کرتے ہیں جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ قوت باہ جواب دے دیتی ہے اور وہ اس قدر کمزور ہو جاتے ہیں کہ وہ ایک مرتبہ روزانہ قادر نہیں رہتے۔ یاد رکھنا چاہیئے کہ بار بار مباشرت سے عورت کی تسکین نہیں ہوتی۔ کیونکہ ایسے نادان لوگوں کا جماع اپنی آتش شہوت بجھانے کی غرض سے ہوتا ہے۔

حکیم علی ضیاء

عورت اُس وقت منزل ہوتی ہے جب کہ اس کی مرضی کے مطابق صحبت کی جاتی ہے

مرد عورت کو شہوت سمجھ کر بار بار صحبت کرتا ہے یہاں تک کہ مرد کی شہوت ختم ہو جاتی ہے قوت باہ جواب دے دیتی ہے مگر عورت کی خواہش برقرار رہتی ہے اس کے علاوہ اکثر اوقات مرد باہر سے ہی شہوت میں بیقرار ہو کر آتا ہے اور اس حالت میں کہ عورت کو اس کا وہم و گمان تک بھی نہیں ہوتا خواہش شہوانی میں اندھا ہو کر فوراً لپٹ جاتا ہے عورت اچھی طرح رجوع نہیں ہوتی پانی کہ جناب ختم ہو جاتے ہیں کیونکہ اس کا مادہ خارج نہیں ہوتا لہٰذا وہ ویسے کی ویسی نہیں رہتی مگر مرد اپنی نادانی سے سمجھتا ہے کہ عورت میں شہوت زیادہ ہے۔

جب بار بار اسی قسم کے اتفاق ہوتے رہتے ہیں کہ جب عورت کے جذبات میں جنبش ہونے لگتی ہے مرد الگ ہو جاتا ہے اور عورت کی خواہش برقرار رہتی ہے تو ایسی عورت کو اپنے خاوند سے نفرت ہو جاتی ہے۔

صحبت سے لطف حاصل کرنے کا حق جیسا مرد کو ہے ویسا ہی عورت کو بھی ہے لیکن اکثر مرد اپنے کام سے کام رکھتے ہیں اور عورت صبر سے برداشت کرتی ہے اگر مرد کو بلا انزال علیحدہ ہونا پڑے تو اس کے اضطراب کا کیا عالم ہوگا کیا مرد ایسا کر سکتا ہے ضبط کرنا تو بڑی بات ہے اگر کبھی ایسا متوقع ہو تو وہ عورت کا گلا گھونٹ دے اور انزال کے لئے کوئی اور ذریعہ نکالے بعض مرد کمزور ہوتے ہیں جریان یا سرعت انزال اور نامردی کے امراض میں گرفتار ہوتے ہیں عورتوں کو ان سے لطف حاصل نہیں ہوتا مگر پھر بھی وہ زبان پر حرف شکایت نہیں لاتیں بہت کم حالتوں میں عورت اپنے مرد کی کمزوری کا ذکر کسی غیر سے کرتی ہیں۔ مرد عموماً عورتوں کو طلاق دیتے ہیں مگر کیا کسی عورت نے بھی آج تک اپنی بے شہوانی اور مرد کے کمزور ہونے کی وجہ سے اپنے خاوند کو طلاق دے دی ہے بلکہ تجربہ سے معلوم ہوتا ہے کہ جو عورتیں آوارہ مزاج ہو جاتی ہیں ان کے خاوند بالکل ناکارہ ہوتے ہیں یا ان سے بے پرواہی اور بدسلوکی سے پیش آتے ہیں ورنہ عام عورتیں اپنے شوہر کی معمولی سی کمزوریاں نظر انداز کر دیتی ہیں، اور صبر صبر ان کی صحبت سے بسر کرتی ہیں۔

یہ ایک کھلی حقیقت ہے کہ عورت بہت کم اور بکثرت آوارگی اختیار کرتی ہے عورت کو اپنی عصمت عزیز ہوتی ہے وہ عموماً اپنی جان پر کھیل جاتی ہے مگر عصمت ضائع نہیں کرتی برخلاف اس مرد کے عصمت کو اپنے لئے ضروری خیال نہیں کرتا معمولی اشارے اور توقعے کی ضرورت ہے ان امور سے ثابت ہوتا ہے کہ مرد میں عورت کے مقابلہ میں شہوت زیادہ ہے

عورتیں آوارہ کیوں ہوتی ہیں؟

عورت دنیا کی بہترین نعمت ہے لیکن اگر یہی نعمت مصیبت بن جائے تو قیامت آ جاتی ہے عورت کی سب سے بڑی خواہش اس کی پاکیزگی اور عصمت ہے جب اس جوہر کو کھو بیٹھے تو وہ عورت عورت نہیں رہتی یہ پاک لفظ ایسی ہستی کے لئے استعمال کرنا گناہ ہے کیونکہ عورت تب ہی عورت کہلانے کی مستحق ہے جب تک اس کی عصمت محفوظ اور پاکیزگی سے بے داغ ہے لیکن جونہی اس کا دامن پاکیزگی داغدار ہوا وہ اخلاق

اور تہذیب کے لحاظ سے گر جاتی ہے ۔

عورت کی آوارگی کو دو بڑی قسموں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے ایک بے باکی دوسرے بدچلنی بے باکی کسی حد تک قابلِ احساس اور لائق برداشت ہے لیکن بدچلنی اسے ایک ایسے نازک کنوئیں میں دھکیل دیتی ہے جہاں اسے ابھرنا صنفِ نازک کے کسی فرد کے بس کی بات نہیں ہوتی عورت مرد کے جسم و جان کا ایک لطیف جزو ہے لیکن جب اسے عضوِ عزیز میں بدچلنی کا کوڑھ پیدا ہو جائے تو دنیا کا کوئی علاج کارگر نہیں ہو سکتا بے باک شوخ اور آزاد عورتوں کو کوشش ترغیب دھمکی یا نرمی سے راہِ راست پر لایا جا سکتا ہے لیکن پورے معنوں میں بدچلن عورتوں کے نیکی کے راستہ پر آ جانے کی مثالیں بہت کم ہیں یہ ہو سکتا ہے کہ حالات کوئی ایسی صورت پیدا کر دیں لیکن یہ ظاہر ہے کہ حالات قوتِ انسانی سے باہر ہیں اس لئے اس کا ذکر کرنا فضول ہے ۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر بعض عورتیں آوارہ کیوں ہوتی ہیں ؟ اس کے جواب میں ایک ہزار باتیں کہی جا سکتی ہیں لیکن مختصر یہ کہ عورت کی آوارگی کا باعث اس کی ناقابلِ فہم فطرت ہے جسے سمجھنا بہت دشوار ہے تاہم تجربہ اور مشاہدے سے عورت کی آوارگی کے جو اسباب معلوم ہوتے ہیں وہ یہ ہیں ۔

انسان نقالی کا شیدا واقع ہوا ہے اس پر صحبت کا فوری اثر پڑتا ہے وہ دوسروں کے افعال مشعلِ راہ بنا کر ان کی تقلید کرتا ہے ۔ اور چونکہ گناہ کا راستہ بظاہر بہت رنگین ہے دلکش اور آرام دہ ہوتا ہے اس لئے اس کی طبیعت بہت جلد اسے قبول کر لیتی ہے مرد ہو یا عورت بچہ ہو یا بوڑھا شاذ و نادر ہی صحبت کے اثرات اس پر کامل طور پر حاوی ہو جاتے ہیں اور انسان کی نیک داد فطرت برائی کی طرف راغب ہو جاتی ہے یہ کہنا مشکل ہے کہ عورت فطرتاً گرد و پیش کے اثرات کو جلد اور شدت سے قبول کرتی ہے یا مرد لیکن اس میں کلام نہیں کہ مرد سے عورت میں یہ مادہ زیادہ نظر آتا ہے مرد اختلافی طور پر دیوالیہ بھی ہو جاتے تو بھی اس کے بچنے کی امید رہتی ہے تو وہ کہیں نہیں رہتی مشاہدے اور تجربے سے ظاہر ہوتا ہے کہ عورتوں کی آوارگی کے دو بڑے سبب ہیں ایک صحبت سے دوسرے مردوں کی بدسلوکی یا دلی و جسمانی کمزوری ۔

کنواری لڑکی اکثر بدچلن عورتوں کی وجہ سے خراب ہو جاتی ہے ۔ بدچلن عورتیں ان معصوموں کو اپنے ہتھے چڑھا لیتی ہیں اور انہیں ہمیشہ کے لئے تباہی کے غار میں دھکیل دیتی ہیں والدین کو خیال رکھنا چاہیئے کہ ان کی نوجوان کنواری لڑکیاں آوارہ خیال عورتوں سے میل جول نہ رکھیں اگر گھر میں نوکر نوجوان نوکر بھی اس فضیحت کا باعث ہوتے ہیں اور بعض اوقات تو والدین خود اپنی لڑکیوں کا چال چلن خراب کرنے کا سبب بنتے ہیں اور ایسی ہیں ناجائز حرکتیں چھیڑ چھاڑ ہنسی مذاق کرتے ہیں اور بعض اوقات مباشرت کے وقت بھی خیال نہیں رکھتے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لڑکیوں کے دلوں میں ہیجان پیدا ہو جاتا ہے جس کے فرد کرنے کے لئے وہ اپنے اخلاق سے گر جاتی ہیں غیر مردوں کے ساتھ آزادانہ بے باکانہ اٹھنا بیٹھنا بھی عورتوں کو آوارہ بنا دیتا ہے خوانچہ والی گلی محلہ کے دوسرے مرد اس معاملہ میں بہت خطرناک ثابت ہوتے ہیں ۔

زبان کا چسکا بھی عام طور پر تباہ کن ثابت ہوتا ہے جیسے لڑا

حکیم علی ضیاء

کرنے کی غرض سے عورت بعض اوقات جو ہر شرافت تک نچھاور کر دیتی ہے مردوں کی بدمزاجی بے پرواہی یا قوت کی کمی بھی عورت کو بدچلن بنا دیتی ہے۔

عورت کے جذبات کا خیال نہ رکھنے والا بار بار جماع کرنے کے باوجود نہ کر سکنے والا مرد بھی اپنی عورت کے اخلاق کو بگاڑنے کا موجب بن جاتا ہے دائم المریض مرد کی عورت بھی اکثر و بیشتر خراب ہو جاتی ہے اور اپنی عورت کے ہوتے ہوئے دوسری عورتوں کو گھورنے والا مرد بھی عورت کو بدچلن بنا دیتا ہے مرد اگر عورت کی دلجوئی نہ کرے اس کو کھانے پینے اور پہننے کی چیزوں سے تنگ رکھے تو بعض عورتیں بد اخلاق ہو جاتی ہیں۔

ساس، نندوں کی بدمزاجی اور عورتوں سے سخت سلوک بھی اس کو آوارہ بنا دینے کا باعث ہوتا ہے ایسی شادی شدہ عورتیں جن کی شادی کے بعد شوہر کے گھر جانا نصیب نہ ہوا ہو عام طور پر خراب ہو جاتی ہیں شادی کے بعد میکے میں چونکہ انہیں آزادی ہوتی ہے کسی کا شرم لحاظ نہیں ہوتا اسلئے وہ بعض اوقات بدچلن ہو جاتی ہیں نابالغ یا بوڑھے مردوں کی نوجوان بیویاں محض اسی لئے آوارہ ہو جاتی ہیں کہ ان کے شوہر انکی پورا نہیں کر سکتے اسی طرح نوجوان لڑکیاں جنہیں ماں باپ ہر قسم کی آزادیاں دے دیتے ہیں آوارہ ہو جاتی ہیں جو مرد اپنی بیوی کی موجودگی میں کسی دوسری عورت سے دل لگی کرتا ہے۔ وہ اپنی بیوی کو دوسرے مردوں سے تعلقات پیدا کرنے کی دعوت دیتا ہے مرد اگر اپنا چال چلن ٹھیک رکھے تو اس کی عورت بھی پاک صاف رہے گی۔

کنواری لڑکیاں اور بعض عورتیں بعض اوقات نیچ ذات کی بدچلن عورتوں کی

صحبت میں اٹھنے بیٹھنے کے باعث آوارہ اور بدچلن ہو جاتی ہیں۔ مگر اسکے یہ معنی نہیں ہوتے کہ نیچ ذات کی عورتیں عام طور پر بدچلن ہوتی ہیں - اور اونچی ذات کی عورتیں شریف بلکہ بعض اوقات معاملہ اسکے بالکل برعکس ہوتا ہے۔ لیکن چونکہ بعض نیچ ذات کی عورتوں کو کھانے پینے اوڑھنے وغیرہ کے اسباب کی کمی رہتی ہے۔ اسلئے بدچلن اور آوارہ مردوں کی ہوس کا آسانی سے شکار ہو جاتی ہیں۔ اور بعض عورتیں خود برباد ہونے کے ساتھ ساتھ دوسروں کو بھی تباہی کے راستے پر ڈالتی ہیں۔ عام طور پر نامہ بری اور پیغام بری کے فرائض انجام دے کر وہ اچھے اچھے گھرانوں کی عورتوں اور لڑکیوں کو آوارہ بنا دیتی ہیں

جن لڑکیوں کو یا عورتوں کو زبان چسکا اپنا شکار بنا لیتا ہے۔ اور جن والدین یا شوہر ان کے اس چسکے کی طلب کو پورا نہیں کر سکتے۔ ان کے متعلق عام طور پر بگڑ جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ امیر عورتیں جن کو اعلیٰ قسم کی غذائیں آسانی سے میسر آجاتی ہیں۔ لیکن محنت کا کام نہ کرنے کے باعث ان کے خیالات ہر وقت عیش و عشرت کی طرف لگے رہتے ہیں۔ عام طور پر محض نفسانی خواہشات کی اسیری کے لیے خاندان کی لاج کا بٹہ لگا دیتی ہیں۔ امیر عورتوں کے عام طور پر اپنے معمولی سے معمولی نوکروں کے ساتھ وابستہ اور ملوث ہونے کا یہی باعث ہوتا ہے۔

بدمزاج خاوند کی بیوی، بدمزاج والدین کی لڑکی اور بدمزاج ساس سے تنگ آکر خراب ہو جاتی ہیں۔ گھر سے عام طور پر غیر حاضر رہنے والے خاوند کی بیوی جس کی نگہداشت کے اسباب مہیا نہ کیے گئے ہوں یا جسے سکونت اور اس کے معاملات میں تنگی رہتی ہو تنگ رہا ہو جس کو نیچ کر کھیل کھیلتی ہیں

حکیم علی ضیاء

نابالغ ہونے یا قوت مردی کے مریض یا ہمیشہ بیمار رہنے والے مرد جو اپنی بیوی کی نفسانی خواہشات کو پورا کر کے اسے ذہنی مسرت بہم نہیں پہنچا سکتے ۔ اسلئے ان کی بیویاں آوارہ اور خراب ہو جاتی ہیں ۔ جن عورتوں میں شہوت مادہ زیادہ ہوتا ہے ۔ اور بدقسمتی سے انہیں شوہر نامرد اور قوت مردمی سے محروم یا جسمانی لحاظ سے کمزور نصیب ہوتے ہیں ۔ وہ عورتیں حیا کا پردہ پھاڑ کر آزاد ہو جاتی ہیں ۔

بعض مردوں میں قوت بھی ہوتی ہے ۔ کھانے پینے کی چیزیں اپنی عورت کو دیتے ہیں بھی کمی نہیں کرتے لیکن چونکہ وہ اپنے کاروبار میں مصروف رہتے ہیں ۔ اور اپنی بیوی کی دلجوئی نہیں کرتے ۔ اسلئے ان عورتوں کو بھی آوارہ ہو جانا ممکن ہے ۔

عام طور پر عورتیں اپنے خاوند کی اطاعت میں کوئی کسر اٹھا نہیں رکھتیں ایک عورت جب دیکھتی ہے ۔ کہ وہ اپنے خاوند پر اپنی جان دیتی ہے ۔ لیکن خاوند اسکے باوجود دوسری عورتوں پر نگاہ رکھتا ہے ۔ تو اس کا دل اپنے خاوند کی طرف سے پھٹ جاتا ہے ۔ اور اسکے غصہ کی کوئی انتہا نہیں رہتی ۔ بلکہ عورتیں اپنے خاوندوں کو سمجھاتی ہیں ۔ لوگوں پر ان کے عیوب ظاہر نہیں ہونے دیتیں ۔ لیکن جب کسی طرح بھی خاوند راہ راست پر نہ آئے تو عورت کی زندگی حرام ہو جاتی ہے ۔ اور اسے خاوند سے ایک طرح کی نفرت سی ہو جاتی ہے جس کا اثر رفتہ رفتہ اسے آوارہ بنا دیتا ہے ۔

یوں تو کوئی عورت بھی اپنے خاوند کی آوارگی پسند نہیں کرتی محبت میں غیر کا دخل کسی کو بھی گوارہ نہیں ہوا کرتا ۔ لیکن جب عورت کا دل خاوند کی محبت سے بھر جاتا ہے ۔ وہ خاوند کی عیش پرستی کبھی بھی برداشت نہیں کر سکتی جو عورتیں آوارہ ہو جاتی ہیں ۔ ان کے حالات کی اگر تحقیقات کی جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ ان کے خاوند بدچلن ہیں ۔ گویا عورتوں کو بدچلن کرنے میں اصلی ہاتھ ان کے خاوندوں کا ہوتا ہے ۔ ورنہ عام طور پر عورتوں کو مردوں کی نسبت ننگ و ناموس کا زیادہ ہوتا ہے ۔ کچھ تو رونے کا سبب ہے ۔ ورنہ کس کو پرواہ ننگ و نام نہیں ۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ مرد کمزور ہے ۔ اور طاقتور عورت ! مگر عورت کے ساتھ ایسے جوڑ کا نباہ ہو جاتا ہے ۔ ایک عورت کسی حد تک مرد کی کمزوری کو نظر انداز کر سکتی ہے ۔ لیکن اکیلے مرد کی عیش پرستی کو نظر انداز کرنا بہت مشکل ہے ۔ بعض عورتیں جب دیکھتی ہیں کہ ان کے مرد بازاری عورتوں کی طرف رجوع کرتے ہیں ۔ تو وہ بھی لامحالہ غیر مردوں سے تعلقات پیدا کر لیتی ہیں ۔

کوئی شادی ہرگز کامیاب نہیں ہو سکتی جس میں مرد یا عورت دونوں میں کوئی بدچلن ہو ایسے جوڑے کی زندگی تلخ ہوتی ہے ۔ اور مسرت نہیں ملتی ۔

انزال روکنے کے خطرناک نتائج

بعض لوگ مباشرت تو کرتے ہیں مگر جس وقت انزال ہونے کے قریب ہوتا ہے بیوی سے جدا ہو جاتے ہیں ۔ منی خارج نہیں ہونے دیتے ۔ ان کا خیال ہے کہ لطف بھی لے لیں اور منی بھی ضائع نہ ہو ایسے نادان لوگوں کو جاننا چاہیے کہ منی کے خزانے سے اگر ایک بار منی آ جائے تو اس کا دوبارہ واپس جانا ناممکن ہے ۔ چنانچہ منی پیشاب کی نالی سے باہر کے سوراخ کے ساتھ چپک جاتی ہے اور کچھ دیر کے بعد خشک ہونے پر پیشاب کی

حکیم علی ضیاء

نلی میں سخت درد محسوس ہوتا ہے۔ اور وہ کمزور ہو جاتے ہیں۔ کمزور فوطے چونکہ منی نہیں بناتے ایسے مریضوں کے ہاں اولاد نہیں ہوتی۔ عضو تناسل میں بھی کمزوری آجاتی ہے۔ فوراً علاج کی طرف توجہ دینی چاہیے۔ اس سے بچنے کا بہترین طریقہ یہ ہے۔ کہ انزال کے وقت منی کو نہ روکا جائے

مشت زنی یا جلق

عضو تناسل کو ہاتھ میں مسل کر منی نکالنے کو مشت زنی یا جلق کہتے ہیں یہ عادت زیادہ تر بد چلن لڑکوں کی صحبت سے بچوں کو لگ جاتی ہے اوباش لڑکے دوسرے بھولے بھالے ساتھیوں کو ہنسی دل لگی کے طور پہ یہ فعل خود کر کے دکھاتے ہیں اور سخت ترغیب دلاتے ہیں کہ وہ بھی ایسا کریں نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ناواقف معصوم بچے اگر شرم کے مارے اسوقت تو تنہائی میں ویسی حرکت کرتے ہیں۔ بالفرض ابھی وہ بالغ نہ ہوئے ہوں جب چونکہ عضو خاص کو رگڑنے کے سبب ایک قسم کی کیفیت معلوم ہوتی ہے اس کے علاوہ کوئی منع کرنے والا اور سمجھانے والا نہیں ہوتا نیز اس فعل میں وہ بلا شرکت غیر کے خود مختار ہوتے ہیں لہذا مزے میں آکر پھر وہ نہ دن دیکھتے ہیں نہ رات جہاں ذرا خیال آیا اور مشغول ہو گئے اسی طرح بہت جلد مشت زنی کے عادی ہو جاتے ہیں اور ایسی [illegible] ذہن میں کچھ بھی نہیں سوچتا کہ کس تباہی کا سامان کیا [illegible] ہیں

یہ اتنی بڑی بات ہے کہ انسان اس کے خوفناک نتائج سے آگاہ ہونے کے بعد اگر اسے چھوڑنا چاہے تو بھی نہیں چھوڑ سکتا صبح آنکھ کھلے بھی جو لیٹے چارپائی پر لیٹے رہتے ہیں انہیں یہ بھی عادت ہو جاتی ہے صبح کیونکہ عضو خاص میں حرکت پیدا ہوتی ہے اور وہ اسے مسلنا شروع کر دیتے ہیں

حکیم علی ضیاء

نوعمر لڑکوں میں لڑکوں کے ساتھ مل کر ننگے نہانے سے بھی یہ بری عادت پڑ جاتی ہے۔ ایک دوسرے کو ننگا دیکھ کر دل میں برے خیالات پیدا ہوتے ہیں۔ نہانا ہیں جو اگر (س) کا رد افعال کو شروع کر دیتا ہے۔ برہنہ تصویریں یا برہنہ عورتوں کی تصویریں دیکھنے سے بھی شہوت پیدا ہوتی ہے جو آخر کار جلق کا باعث ہوتی ہے

جلق کے خوفناک نتائج

اس کام کے کرنے والوں میں منی کی پیدائش کم اور طبیعت بغیر انتشار کے منی خارج کرنے کی عادی ہو جاتی ہے۔ عورت کے ساتھ جماع کرنے والوں کے ضروری ہے۔ کہ انتشار کلی ہو۔ لیکن جلق کے لیے یہ ضروری نہیں انسان بنا دلی انتشار کا عادی ہوتا ہے۔ قوت باہ کمزور ہو جاتی ہے۔ اور اچھی طرح کھڑا نہیں ہونے پاتی اس میں ٹیڑھا پن آ جاتا ہے۔ لمبائی بڑھنے سے رک جاتی ہے۔ انسان عورت کے قابل نہیں رہتا جسم میں خون کی کمی ہو جاتی ہے۔ دل و دماغ پر بے جا بوجھ پڑنے کی وجہ سے امراض آگھیرتے ہیں۔ سر چکراتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی دل کی دھڑکن دم پھولنا جریان سرعت انزال نامردی بزدلی نسیان چڑچڑاپن درد وغیرہ کون سا مرض ہے۔ جو اس ناعاقبت اندیش پر حملہ نہیں کرتا جلق کی کثرت سے آنکھیں اندر کو دھنس جاتی ہیں۔ رخسار پچک جاتے ہیں۔ آنکھوں کی روشنی میں کمی آ جاتی ہے۔ اور آنکھوں کے نیچے سیاہ لکیریں پڑ جاتی ہیں۔ جریان کمزور اور سرعت انزال کا مرض ہو جاتا ہے اس مرض میں مبتلا انسان عورت کی تسلی نہیں کر سکتا اول تو ایسے شخص کے گھر اولاد پیدا ہی نہیں ہو سکتی اگر ہو بھی جائے تو کمزور ہوتی ہے۔ اور اس کی زندگی بہت تھوڑی ہوتی ہے۔

اغلام کے خوفناک نتائج

جلق کی طرح اغلام سے اخلاق سوز اور بدنتائج بھی خطرناک ہیں۔ یہ فاعل اور مفعول دونوں کو ہی تباہ کرتے والی عادت ہے۔ یہ برائی بھی بدمعاش لڑکوں سے ایک دوسرے میں پیدا ہوتی ہے۔ آج کل کے لڑکوں اور بچوں میں یہ بیماری بڑی ہوتی ہے۔ اس فعل سے سرعت انزال عضو تناسل کی ساخت بگڑنا خرابی جگر یرقان حرارت دائمی آنتوں کی بیماریاں ضعف مثانہ، عضو تناسل کی رگوں کا مرجھانا خصیوں پر ورم پیشاب کی نالی میں درد سوزش لا ولدی اور انتہائی نامردی لاحق ہوتی ہے۔

اغلام کرنے والے عورت کے کام نہیں رہتے اور نہ وہ عورت سے اچھی طرح بھوگ کر سکتے ہیں۔ اور نہ بھوگ سے اصلی لطف آتا ہے۔ ایسے لوگوں کے گھر اولاد پیدا نہیں ہوتی۔

والدین کو چاہیئے کہ اپنے لڑکوں کو بری صحبت سے بچائیں۔ ایسی برائیاں بدمعاش لڑکوں کی صحبت سے پیدا ہو جاتی ہیں۔ اگر شروع ہی سے لڑکوں پر نگرانی کی جائے تو وہ ان برائیوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

احتلام خواب کی حالت میں منی خارج ہونے کو احتلام کہتے ہیں۔ غذا کی گرمی آب و ہوا زیادہ تر خیالات کی خرابی سے ایسا ہوتا ہے۔ نیز واضح رہے کہ جب تک کسی سبب سے دیر تک مبتلا نہ ہو جائے یا جس وقت تک اعضائے تناسل سے تعلق رکھنے والے قوی مضبوط رہیں یہ نوبت بہت کم آتی ہے۔

مہینے میں ایک دو دفعہ خواب کی حالت میں منی خارج ہو جانے سے

جسم پر کوئی اثر نہیں پڑتا۔ اصل یہ ہے کہ منی کا خزانہ جب بھر جاتا ہے۔ تو منی نکلتی ہے۔ لیکن ہفتے میں دو تین بار اس سے زیادہ منی کا اخراج بہت خطرناک مرض ہے۔ اس سے انسان بے حد کمزور اور رنگ زرد ہو جاتا ہے اکثر زیادہ جاگنے کثرت سے چائے پینے تیز مسالوں کے استعمال گرم غذائیں منشیات اور عیاشانہ خیالات سے لوگ اس مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

آج کل کے نوجوانوں کو یہ بیماری اخلاق سوز سینما تھیٹر گندی تصاویر کے دیکھنے اور عشقیہ فحش ناول پڑھنے سے ہو جاتی ہے۔ ایسے نوجوانوں کے خیالات ہر وقت بہت غلیظ اور گندے رہتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ رات کو نیند کی حالت میں خوبصورت عورتوں کے خواب یا بوسہ لینے کا تصور یا اسی قسم کے غلیظ خیال سے احتلام ہوتا ہے۔

کثرت احتلام سے دل، دماغ کمزور ہو جاتے ہیں۔ سرعت انزال دائمی قبض چہرہ پر زردی دل کی دھڑکن تیز درد کمر، نسیان۔ ذرہ سی محنت میں نقصان وغیرہ کی شکایتیں ہو جاتی ہیں۔

بغیر دوا کے احتلام کا قدرتی علاج

احتلام کے مریضوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے یہ ضروری ہے کہ انسان اپنے خیالات پاک و صاف رکھے خیالات کی صفائی کے بغیر اس موذی مرض سے نجات مشکل ہے۔ اگر خیالات ہی پراگندہ ہیں۔ تو لاکھ دوائی کرنے سے بھی انسان اس مرض سے رہائی حاصل نہیں کر سکتا خیالات کے بعد اس مرض کو دور کرنے کے لیے قوت ارادی سے کام لینا چاہیے رات کو سوتے وقت انسان اپنے ارادے کو مضبوط کر کے سوئے کہ آج رات میں خواب نہیں دیکھوں گا

حکیم علی ضیاء

قوت ارادی مضبوط ہو گئی تو یقیناً احتلام نہیں ہوگا اس کے علاوہ بستر پر جانے سے پہلے منہ ہاتھ دھو کر خدا کی عبادت کریں اور دعا مانگیں۔ اے خدا میری زندگی پاک صاف ہو مجھے اس مرض سے نجات ملے یقیناً اس دعا کا اثر ہوگا۔ انسان کے خیالات نیکی کی طرف مائل ہوں گے۔ اور مرض سے محفوظ رہے گا۔

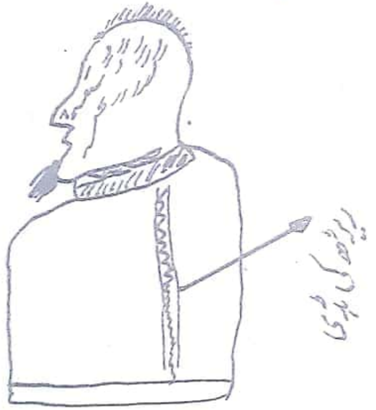
اس کے علاوہ قبض کبھی نہ ہونے دیں انتڑیوں میں پاخانہ کا بوجھ خزانے پر پڑنے سے منی خارج ہو جاتی ہے۔ سونے سے پہلے پیشاب اور پاخانہ سے فارغ ہو کر سوئیں۔ اس کے علاوہ ویسے بھی رات کو حاجت ہو تو سستی نہیں کرنی چاہیے۔ کیونکہ اس طرح مثانہ بھر جاتا ہے جس کا بوجھ منی کے خزانہ پر پڑتا ہے۔ اور احتلام ہو جاتا ہے۔ مشت زنی کے مریض مرض احتلام کا شکار ہوتے ہیں۔ کثرت جماع کا نتیجہ بھی احتلام ہی ہوتا ہے۔ اس لیے اس بد عادت کو بھی چھوڑنا چاہیے کثرت محنت کو کم کریں کسی پر فضا مقام میں رہ طبیعت کو خوش رکھیں غم، غصہ اور برے خیالات سے بچتے رہیں۔

احتلام کے مریضوں کو گرم مقوی اور قابض غذائیں نیز ہر قسم کی مقویات ترک کر دینی چاہئیں اور خصوصیات کے ساتھ رات کے وقت ہر حال میں زود ہضم غذائیں استعمال کریں رات کو پیشاب آور اشیاء نہیں کھانی چاہئیں پر شکم نہیں سونا چاہیے۔ اور خصوصاً احتلام کے مریضوں کو بستر پر جاتے وقت دودھ پانی وغیرہ بھی نہیں پینا چاہیے۔

گرم اشیاء مثلاً مصالحے لہسن پیاز چائے۔ قہوہ، انڈے مچھلی شراب وغیرہ خون میں جوش پیدا کرتی ہیں۔ خون کے جوش سے منی میں بھی حرکت پیدا ہوتی ہے۔ اور وہ خارج ہو جاتی ہے۔

احتلام کے مریضوں کو گرم پانی سے نہانا چاہیے۔ روزانہ سرد پانی سے غسل کریں۔ نہاتے وقت ریڑھ کی ہڈی پر خوب پانی ڈالیں نل کے نیچے اس طرح بیٹھ جائیں کہ پانی کی دھار ریڑھ کی ہڈی پر پڑے۔ اس عمل کو روزانہ کم از کم دس منٹ جاری رکھیں بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

حکیم علی ضیاء



احتلام کا علاج

اس تصویر میں ریڑھ کی ہڈی دکھائی گئی ہے۔ جس کا ذکر احتلام اور امساک والے مضمون میں کیا گیا ہے۔

احتلام عموماً صبح چار بجے سے صبح چھ بجے تک ہوتا ہے۔ اس لیے علی الصبح اٹھنے کی عادت ڈالیں زیادہ نرم اور گرم بستروں میں نہیں سونا چاہیے۔ اس سے جسم میں گرمی پیدا ہوتی ہے۔ وہاں سے گرمی کا اثر ریڑھ کی ہڈی پر پہنچتا ہے۔ اس کا تعلق فوطوں سے ہے۔ اس کی گرمی سے منی کے خزانہ میں حرکت اور جوش پیدا ہوتا ہے۔ اور منی کا اخراج ہوتا ہے۔

عموماً چت لیٹنے والوں کو احتلام زیادہ ہوتا ہے۔ ہر شخص کو تندرست رہنے بدہضمی اور احتلام سے بچنے کے لیے زیادہ تر دائیں کروٹ سونا چاہیے

بدہضمی اور احتلام سے بچنے کے لیے زیادہ دائیں کروٹ سونا چاہئے

بدہضمی اور احتلام کا بہترین علاج ہے۔ ایسے کمرے میں سوئیں جہاں ہوا کی آمد و رفت ہو منہ لحاف سے باہر رہنا چاہیے ورنہ احتلام کا خطرہ ہوتا ہے کسی دیوار کے سہارے سر کے بل کھڑے ہوں شروع میں بہت مشکل پیش آئے گی اس لئے کسی کی مدد سے ایسا کریں کچھ دنوں کے بعد اکیلے بھی کر سکتے ہیں۔ سر کے نیچے گدیلا یا نرم کپڑا رکھیں اور دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں ڈال کر نیچے کی صورت میں سر کے نیچے رکھیں ٹانگیں اوپر اٹھائیں اس ورزش کو کپال آسن کہتے ہیں۔ صبح کے وقت پاخانہ سے فارغ ہو کر اسے کرنا چاہیے جو لوگ صبح کے وقت نہ کر سکیں وہ مجبوری کی حالت میں شام کو بھی کر سکتے ہیں۔ مگر صبح کا وقت بہترین ہے۔ دو چار منٹ سے ابتدا کر کے دس منٹ تک یومیہ کریں اس ورزش کے کرنے والے پیٹ کے امراض سے بچتے رہتے ہیں قبض نہیں ہوتی جو امراض کی جڑ ہے۔ کھانا خوب ہضم ہوتا ہے اور بھوک بڑھ جاتی ہے۔

ایک جرمن ڈاکٹر نے لکھا ہے کہ جس طرح بوتل کو صاف کرنے کے لیے اس میں پانی ڈال کر الٹا سیدھا کیا جاتا ہے اسی طرح انسانی جسم کی صفائی اس ورزش سے ہوتی ہے۔ اس ورزش سے سر کے امراض کو بھی فائدہ پہنچتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے۔ کہ خون کا دورہ سر کی طرف ہوتا ہے۔ گردن مضبوط ہوتی ہے۔ منی اور پیشاب کے امراض کو فائدہ پہنچتا ہے۔ اور مرض احتلام کا تو یہ مجرب علاج ہے۔ اس سے قوت باہ بھی بڑھتی ہے۔ عضو کو چمڑے کو نیچے کر کے پانچ سات سیر پانی میں کم از کم دس منٹ روزانہ رکھیں اس سے مرض احتلام کو فائدہ پہنچتا ہے۔

امساک

مرد کے لیے امساک نہایت ضروری ہے۔ جو لوگ جلد ہو جاتے ہیں۔ انہیں عورت سے سخت نادم ہونا پڑتا ہے۔ مرد کے قبل از وقت ہونے سے عورت کو نہ صرف لطف ہی حاصل نہیں ہوتا۔ بلکہ اکثر اوقات وہ مختلف امراض میں گرفتار ہو جاتی ہیں۔ چنانچہ ڈاکٹر ہیولاک نے لکھا ہے کہ بہت سی عورتیں نامکمل جماع کی وجہ سے رحم کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ یعنی مرد کی منی خارج ہو جاتی ہے۔ اور عورتوں کا کچھ نہیں بقدار رحم کی بیماریوں میں مبتلا جتنی عورتیں علاج کے لیے ڈاکٹروں کے پاس آتی ہیں۔ ان میں ۷۰ فیصد نامکمل جماع کی وجہ سے بیمار ہوتی ہیں۔

مرد کی سرعت انزال کی وجہ سے عورت نہ صرف رحم کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ بلکہ دوسرے امراض بھی لاحق ہو جاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے۔ کہ مرد اپنا کام نکال لیتا ہے۔ مگر عورت کی طبیعت میں انتشار ہوتا ہے۔ مرد کے منزل ہونے کے بعد بھی اس کا انتشار بدستور قائم رہتا ہے۔ جس کے قدرتی نتیجہ کے طور پر اسے رات بھر نیند نہیں آتی۔ اور وہ مختلف امراض میں گرفتار ہو جاتی ہے اور نفرت کرنے لگتی ہے۔ اس سلسلہ

حکیم علی ضیاء

"تکیشول کوپلین "SEXUALQUETION" نامی مشہور کتاب میں لکھا ہے۔ کہ عورت اپنے خاوند سے مطمئن نہیں ہوتی تو وہ اگر زبان سے کچھ نہ کہے تو دل میں ضرور رنجیدہ ہوتی ہے۔ اور خاوند سے نفرت کرنے لگتی ہے۔

اگر اس کتاب کی ہدایتوں پر عمل کیا جائے خصوصاً جو اصول صفحہ نمبر ۹۴ پر بیان کیے گئے ہیں۔ اگر ان پر عمل کیا جائے تو کمزور مرد بھی اپنی طاقتور بیوی کو خوش رکھ سکتا ہے۔ یاد رکھنا چاہیے کہ اگر بیوی اپنے خاوند سے مطمئن ہو تو وہ کبھی کسی کی طرف آنکھ اٹھا کر نہیں دیکھتی ان اصولوں پر جو طب اور سائنس پر مبنی ہوئے ہیں عمل کرنے سے آپ کو خانہ دار زندگی کی اصلی خوشی حاصل ہو سکتی ہے۔ عورت مطمئن رہے گی اور دل وجان سے محبت کرے گی آپ کے گھر خوشی اور مسرت کا رواج ہوگا اور آپ ہمیشہ اپنے آپ پر فخر کریں گے۔

قدرت نے ہر مرد کو مرد پیدا کیا ہے۔ ہزاروں لاکھوں میں شائد کوئی ایک آدھ فطری نامرد ہوتا ہے۔ دراصل یہ بیماریاں انسان کی اپنی خریدی ہوئی ہیں ڈاکٹر ولسن نے لکھا ہے کہ بچپن کی غلط کاریوں کی وجہ سے سرعت انزال وغیرہ امراض پیدا ہوتے ہیں سیکشول کوپلین کے مصنف نے لکھا ہے۔ کہ اکثر بچپن کی غلط کاریوں کی وجہ سے یا تو مکمل طور پر نامرد ہو جاتے ہیں۔ یا ان کے عضو میں پوری طاقت نہیں رہتی اور بوقت شہوت اتنی سختی نہیں رہتی کامیاب جماع کے لیے ضروری ہیں۔ بہت سے نوجوان اپنی بے اعتدالیوں کی وجہ سے قدرتی امساک سے محروم ہیں۔ ممسک دواؤں کی تلاش میں رہتے ہیں۔ جن سے وقتی الوقتی تو ضرور ہو جاتی ہے۔ لیکن آگے چل کر سخت نقصان اٹھانا پڑتا ہے اور بجائے فائدے کے نقصان پہنچتا ہے۔ کیونکہ امساک کی بازاری ادویات عموماً افیون دھتورہ یا اس قسم کی دوسری نشئی اشیاء ہوتی ہیں۔

جس کے اثر سے منی کی نالی اور وہ رگیں جن کو منی سے تعلق ہے۔ خشک ہو کر جلد انزال نہ ہونے دیں یہ دوائیں بے حد خشک ہوتی ہیں۔ ان کے استعمال سے منی خشک عضلات حس سست ہو جاتے ہیں۔ اور آخر کار باہ کم ہو جاتی ہے قدرتی امساک حاصل کرنے کے بعد دواؤں کی بجائے غذاؤں کا استعمال کریں۔

حکیم علی ضیاء

ماڈرن کیمیکل ورکس لاہور نے ایک دوا تیار کی ہے جو [illegible] پلیر کے نام سے مشہور ہے۔ اس کے چند روزہ استعمال سے کمزوری رفع ہو جاتی ہے اگر تین ہفتہ پرہیز کے ساتھ اس کا استعمال کیا جائے تو انسانی جسم پر عجیب کیفیت ظاہر ہوتی ہے۔ اور قدرتی امساک بڑھتا ہے۔ خاکسار کے چند دوستوں نے اس دوا کا استعمال کیا ہے۔ وہ اسکی بہت تعریف کرتے ہیں۔ ماڈرن کیمیکل ورکس پوسٹ بکس نمبر ۲۱۱ لاہور سے طلب کریں یا مندرجہ ذیل نسخوں میں سے کوئی نسخہ موجود تیار کر کے استعمال کریں۔

ایک سیر پختہ گھی مادہ گائے دیگچہ میں یہاں تک گرم کریں کہ جھاگ مائل بہ سرخی ہو جائے ایسا نہ ہو کہ جھاگ سرخی مائل سیاہ ہو کر بد ذائقہ ہو جائے پھر اس کو سرد کر دیں اس کے اندر ایک سیر پختہ مصری پسی ہوئی یا قند سیاہ ہاتھ سے ملا کر ایک جان کر دیں بعد ازاں ۲۵ عدد زردی سفیدی بیضہ مرغ پھینٹ کر یعنی ایک جان کر کے اس میں ملا کر پھینٹیں جو گوشت نہیں کھاتے نہ ڈالیں اور علیحدہ ۵ تولہ دودھ میں ۳ ماشہ زعفران خوب پیس کر وہ بھی آمیز کر دیں بعد ۱۲ الائچی خورد ذرا منہ کھول کر ملا دیں اور ۵ تولہ الائچی خورد ثابت بھی ملا دیں ۱۵ تولہ مغز بادام مقشر بھی دو ٹکڑے کر کے داخل کریں اور ۲ تولہ چھالیہ یعنی سپاری سل۔

ایسے ہی چھوہارے کی گٹھلی یعنی مغز خستہ ۳ تولہ دودھ میں سل پر
مانیدہ کریں اور ہر دو اشیاء ملا کر بہت نرم آنچ پر دیگچی میں پکائیں۔
جب حلوہ کی طرح ہو جائے تو اسی میں داخل کر دیں اب اس کو آگ پر
چڑھا دیں اور کفچہ سے ملاتے رہیں۔ اور آگ تیز نہ رکھیں۔ ایک گھنٹہ کے
بعد گھی اس سے الگ ہونے لگے گا۔ اسوقت اس میں پانچ تولہ پسا ہوا ساگودانہ جو آب
ریشم کوثر میں تر کیا گیا ہو۔ اور سایہ میں خشک شدہ ہو اس میں ملا دیں ۵ منٹ
ملاتے رہیں۔ بعد ازاں نیچے اتار کر اجزائے مفصلہ ذیل ملا دیں مروارید ناسفتہ
۳ ماشہ عرق کیوڑہ میں پیس کر خشک کیے ہوئے مربع سیب پسا ہوا کھیل نخود
بریاں ۵ تولہ کیمرہ گاؤزبان دس تولہ پسا ہوا مغز خشک ایک ماشہ موصلی دکھنی
سفید سرمے جیسی پسی ہوئی ایک تولہ مربع گاجر پسا ہوا ۱۰ تولہ گری کھوپرا کترا بغیر
بھگوئے کے ۵ تولہ مغز اخروٹ عمدہ تازہ ۵ تولہ شہد عمدہ صاف تازہ اپنے
سامنے نکلوایا ہوا ۲ تولہ ورق نقرہ ایک دفتر کی ورق طلا ۱۴ عدد، پھر آگ پر
کر دو منٹ ملا جلا کر اتار کر رکھ لیں صبح تا تیسرے پہر بھوک لگنے پر
اور سوتے ہوئے دو تولہ کے برابر کھائیں

اگر طبیعت میں زیادہ گرمی ہو تو اس نسخہ میں مغز بادرنگ نیم کوفتہ
۱ تولہ اور ۲ تولہ چھلکا اسبغول گھی میں نیم بریاں کر کے ملا دیں۔ اور شہد
اور گرم اشیاء مطلق کم کر دیں مگر موصلی کی کمی نہ کریں اور سینہ پختہ گاجر ملا
کو گندہ کش کر کے آدھ سیر گھی میں خوب بریاں کریں جب مائل بہ سرخی
ہو جائے اسی نسخہ میں ملا دینا نہایت معتدل کر دیتا ہے۔ اور گرمی اثر
کرنے نہیں ہونے دیتا۔

واضح ہو کہ موصلی سفید دکھنی جملہ اشیاء آخری سبب کافی چاہیے

جب گھی حلوے سے آگ پر اچھی طرح علیحدہ ہو چکے ورنہ موصلی کے
تا بعد میں راجدار نکلا کرتے ہیں۔ اور کھانا بہت مشکل ہو جاتا ہے نیز
آنچ سے اور گھی چھوٹنے سے اس کے بعد بہت دیر تک پکانے سے
بیضہ کا جوہر حل ہو جاتا ہے۔ نرم آنچ پر تیار کرنے سے نقص نہیں واقع
ہوتا کشتہ قلعی ایک تولہ یا نقرہ ۳ ماشہ اگر کسی صاحب کی مرضی ہو تو
ملا سکتے ہیں

حکیم علی ضیاء

(۲) ایک سیر گائے کا دودھ لیکر آہنی کڑاہی میں جوش دیں جب نصف
رہ جائے تو اتار کر گرم دودھ میں ایک بیضہ مرغی کی زردی ملا کر
اور ۵ تولہ شہد اضافہ کر کے خوب پھینٹیں پھر کشتہ چاندی خواہ کسی ترکیب
سے کیا گیا ہو ایک چاول اور کشتہ فولاد ایک چاول کھا کر اس کے بعد
یہ دودھ پی لیں۔ تین روز تک ایسا کریں۔ دودھ کا استعمال اسکے
علاوہ اور بھی دن میں حسب ضرورت اور خواہش کے مطابق کر
سکتے ہیں۔

عجیب و غریب کھیر

مقوی اعضائے رئیسہ مغلظ منی
دافع جریان اور احتلام ہے۔

تین پھول مکھانہ ۱ تولہ ستاور ۲ تولہ موصلی سفید ۴ تولہ چلغوزے ۴ تولہ
تالمکھانہ ۴ تولہ الائچی سفید الوار ثعلب مصری ۴ تولہ شقاقل مصری ۴ تولہ
سبوس اسبغول ۴ تولہ مغز پستہ ۴ تولہ مغز بادام ۴ تولہ کم اکھٹا (صمغ عربی)
۴ تولہ کتیرا گوند ۳ تولہ مغز خیارین ۷ تولہ خشخاش ۴ تولہ سنگھاڑہ ۴ تولہ بیج
بند ۴ تولہ چھوہارا ۴ تولہ سورنجان شیریں ۴ تولہ مغز اخروٹ ۵ تولہ مغز ناریل
۵ تولہ، سب ادویات کو کوٹ چھان کر بوتل میں محفوظ رکھیں۔

پہلے قلعی دار دیگچی میں گائے کا گھی دو تولہ ڈالیں اور نرم آگ پر رکھیں جب گھی سرخ ہو جائے تو شیر گاؤ ایک پاؤ یا آدھ سیر ڈال دیں۔ اسکے بعد سفوف مذکورہ بالا تھوڑا تھوڑا ڈالتے جائیں اور چمچہ سے ہلاتے رہیں جب پک جائے تو اتار کر ٹھنڈا کر کے کھائیں یہ کھیر نہایت مفید ہونے کے علاوہ صبح کے وقت نہایت لذیذ ناشتہ بھی ہے۔

(۴) چار سے مغز ۴ تولہ چرونجی ایک تولہ مغز بادام ایک تولہ پستہ ایک تولہ دارچینی ثعلب ستاور کوزنج بیج موصلی سفید سونف آڑو ماش کی دال گھی میں بھنی ہوئی گوکھرو بھوسی اسبغول ایک ایک تولہ زعفران ۳ ماشہ [illegible]

حکیم علی ضیاء

تمام ادویات کا سفوف تیار کریں اس میں ایک تولہ یا نصف تولہ حسب طاقت لے کر آدھ سیر یا تین پاؤ دودھ میں ڈال کر دیں اور نرم آنچ پر پکنے دیں جب کھیر پک جائے تو چار گھی اور ملا کر بھون لیں زیادہ مقوی ہو جائے گا۔ اور جسم میں طاقت آجائے گی دیراج پیدا ہوتا ہے

(۵) کستوری دو حصہ ورق نقرہ تین حصہ طباشیر سات حصہ جاوتری آٹھ حصہ ان سب کو بکری کے دودھ میں کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں خوراک ایک دو گولی ہمراہ بالائی مکھن یا دودھ کے۔ اس سے دیراج گاڑھا ہوتا ہے قوت مردمی بڑھتی اور سرعت انزال دور ہوتا ہے۔

(۶) پھلی ببول بغیر مغز کے سایہ میں خشک کی ہوئی ۶ ماشہ ثعلب چھوٹا ۶ ماشہ، کھانڈ دیسی ایک تولہ سب کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر بڑھ کے دودھ میں تر کر لیں اور ایک ایک ماشہ کی گولیاں بنائیں، ایک گولی صبح باسی پانی سے کھائیں اور جماع سے پرہیز کریں ۴۰ دن کے اندر عجیب اثر دکھاتی ہے

اگر چوری کے اور کچھ نہ کھائیں تو بہت طاقت ہوتی ہے، جریان اور احتلام کو بھی بہت مفید ہے۔

(۷) مغز بادام ایک سیر رات کو بھگو دیں، صبح مقشر کر کے خوب رگڑیں کہ مکھن کی مانند بن جائے، پھر آٹھ سیر پختہ دودھ لے کر اس کا کھویا بنانا شروع کر دیں جب بڑی کی طرح ہو جائے تو رگڑے ہوئے بادام بھی ملا دیں سرخ کر کے کھویا بننے پر کڑاہی اتار کر صاف کر لیں پھر ایک سیر پختہ گھی ڈال کر کھویا باداموں والا شروع کر دیں جب لال ہو جائے تو اتار کر سرکوک پانچ سیر عمدہ بورہ چینی ملائیں ورق چاندی چالیس عدد ورق سونا بیس عدد ملا کر ایک جان کر دیں دو تولہ سے شروع کر کے حسب برداشت قوت دن میں دو بار کھایا کریں۔ اس کے استعمال سے جملہ امراض دماغ و دیرید کے دور ہوتے ہیں۔ دائمی قبض و سرعت و احتلام کا جانی دشمن ہے۔

(۸) سلاجیت مصفی ۳ تولہ ورق نقرہ ۱ تولہ ورق طلا ۲ ماشہ کشتہ مرجان ۲ تولہ بھوپھلی ۴ تولہ ثعلب مصری ۶ تولہ سیمن ضمغ مولسری ہر ایک تولہ سب کو یک جان کریں خوراک ۳ ماشہ تک ہمراہ شیر گاؤ۔

(۹) زردی بیضہ مرغ ۱ عدد آرد نخود بریاں مع پوست ہموزن زردی بیضہ کھرل میں ڈال کر خوب لت پت کریں تین تولہ صبح اور تین تولہ شام کھانا کھانے سے پہلے کھانے کے بعد بھی استعمال ہو سکتا ہے۔ بہت مقوی اور طاقت بخش ہے۔ گو بظاہر اجزا بہت مختصر ہیں۔

اکسیر احتلام

گوند کتیرہ چھ ماشہ سنگھاڑا خشک چھ ماشہ ثعلب مصری ۴ ماشہ تالمکھانہ ۴ ماشہ مازو تین ماشہ کشتہ

بنات سفید ہموزن مجموعہ ادویہ سب کو کوٹ کر سفوف بنا لیں ۵ ماشہ ہمراہ شیر گاو یا تازہ آب کھائیں مادہ منویہ کی اصلاح کرتا ہے۔ وقت منی سرعت انزال کو دور کرتا ہے کچھ ممسک بھی ہے۔

دافع احتلام

کہرائے شمعی ایک تولہ بسد ایک تولہ جلا شیر ½ تولہ گشنیز ½ تولہ بہمن ½ تولہ زرنبنج ½ تولہ صمغ عربی ½ تولہ گل سپاری ½ تولہ دم الاخوین ایک تولہ گل ارمنی ایک تولہ کشتہ جست جو خوراکی ہو ایک تولہ مصری دو سیر پیس کر سفوف بنا لیں ہر روز چار بجے شام کے وقت گائے کے دودھ کے ہمراہ چھ ماشہ سے ایک تولہ تک کھائیں یہ سفوف منی کو غلیظ اور بستہ کرتا ہے۔ گردوں اور مثانوں کو قوی کرتا ہے۔

سفوف جریان

تالمکھانہ خستہ تمر ہندی مقشر بہمنید الائچی خورد شقاقل مصری طباشیر کبود سلاجیت خالص ثعلب ہر ایک ایک تولہ ست گلو اور کشتہ مرجان ہر ایک چھ ماشہ تمام دوائیں کوٹ چھان لیں اور کوزہ مصری تمام ادویہ کے وزن کے برابر ملائیں چار ماشہ صبح اور چار ماشہ شام گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں منی کو غلیظ کرتا ہے۔ جریان کو مفید اور قوت باہ بڑھاتا ہے۔

سفوف مقوی

دارچینی خولنجاں قرنفل ہر ایک ۳ ماشہ مشک ½ ماشہ۔ سب کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر ملائیں ۳ ماشہ صبح اور ۳ ماشہ شام گائے کے دودھ کے ہمراہ عرق ماء اللحم استعمال کریں قوت باہ کو بڑھاتا ہے۔

سفوف مقوی باہ

تالمکھانہ تخم خشخاش کنجد مقشر مغز چرونجی پستہ مغز بہیدانہ، مغز تخم خربزہ مغز

تخم کسبنہ ہر ایک دو تولہ چھوہارے ۵ تولہ تج ½ تولہ مغز بادام ½ تولہ بہمنہ موصلی سیاہ موصلی سفید بہاونتری صمغ عربی کتیرا بہمن سفید بہمن سرخ ثعلب دانہ الائچی ہر ایک ایک تولہ مصطگی کباب چینی بھوپھلی سورنجاں دارچینی زنجبیل ہر ایک چھ ماشہ عقرقرحا ۳ ماشہ سب کو باریک پیس کر سفوف بنا لیں ایک تولہ صبح اور ایک تولہ شام ہمراہ شیر گاؤ استعمال کریں قوت باہ کے لیے مفید ہے۔

[illegible]

جیسا کہ پہلے مضمون میں مفصل درج ہو چکا ہے منی خون سے پیدا ہوتی ہے۔ اس لیے جو غذائیں جو خون پیدا کرتی ہیں بہت مفید ہیں۔ منی کو گاڑھا کرنے والی غذائیں خاص طور پر کھائیں دودھ مکھن بالائی انڈے اور پرندوں کا گوشت رگوشت ان کے لیے جو استعمال کرتے ہیں۔ قوت باہ کے لیے مفید غذائیں ہیں بھینس کا دودھ شہد میں ملا کر صحبت کے بعد مفید ہے۔ ماش کی دال لوبیا مرغ چنوں کا شوربا بھنڈی توری پیاز مچھلی چوزہ مرغ بٹیر مغز بادام مغز پستہ مغز چلغوزہ مرکبات فولاد گاجر باہم کیلا سیب انگور انجیر شلغم شکر قند سنگھاڑا مقوی غذائیں ہیں۔ ان کا استعمال کبھی کبھی ضرور کرنا چاہیے۔

جماع کی زیادتی سے سرعت انزال کا مرض ہو جاتا ہے۔ اس لیے پہلے اس بری عادت کو ترک کرنا چاہیے خواہ کتنی ہی طاقت بخش غذائیں اور دوائیں استعمال کریں کثرت جماع کرنے والوں کو فائدہ حاصل نہیں ہو سکتا ہلکی ورزش بھی کریں ورزش سے خام اور فالتو رطوبتیں جسم سے خارج ہو جاتی ہیں۔ اور اصلی رطوبتوں کا قوام گاڑھا ہو جاتا ہے جس سے

حکیم علی ضیاء

سرعت انزال اور رقت منی کی شکایات دور ہو جاتی ہیں۔ ولایت سے فیچر نامی رسالہ شائع ہوتا ہے اس مضمون کیطرف روشنی ڈالی گئی ہے کہ کھلی ہوا اور سورج کی روشنی میں ورزش کرنے سے جماع کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے مگر ورزش بہت ہلکی ہونی چاہیئے زیادہ ورزش کرنے سے جماع کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے مگر ورزش بہت ہلکی کرنی چاہیئے۔ زیادہ ورزش نقصان دہ ہے زیادہ امساک صحت کے لئے مضر ہے تین سے سات منٹ تک بہت کافی ہے۔ ڈاکٹر فرینکلن نے لکھا ہے کہ ایک تندرست انسان کم از کم تین اور زیادہ سے زیادہ نو منٹ میں فارغ ہوتا طبعی حالات کے مطابق ہے اس سے کم و بیشی مرض دور ہو جاتا ہے جس کا علاج ضروری ہے امساک کی بہترین تدبیر یہ ہے کہ اوپر کا سانس منہ کے راستے زور سے اور نیچے کا سانس آہستہ لیں اور جب جانیں کہ اب قریب ہے تو ذرا رک دو چار سانس اوپر کو لے لیں اور دو منٹ کے لئے الگ ہو جائیں تولیے سے صفائی کریں۔ اس عرصہ میں مساس جاری رکھیں تاکہ بیوی کی خواہش بدستور جاری رہے صفحہ گذشتہ پر درج شدہ ہدایتیں پر عمل کریں تاکہ بیوی جلد . . . .

بعض طبی کتابوں میں لکھا ہے کہ جب عورت میں منزل ہونے کی علامتیں ظاہر ہوں تو شدت حرکت سے خود بھی اس کے ساتھ . . . . . .
. . . . ہو جائیں حمل کے لئے مفید ہے۔

کروٹ کے بل مشغول ہونے سے امساک بڑھتا ہے سرعت انزال کے مریض اس پر عمل کر سکتے ہیں مگر تندرست انسان کے لئے قدرتی فائدہ مرد اوپر عورت نیچے بہترین ہے بوقت جماع بدن کو سخت نہ کریں ہاتھ پاؤں جسم ڈھیلا چھوڑ دینے سے امساک بڑھتا ہے حکیم محمد خاں دہلوی نے لکھا ہے کہ انسان ظاہری طور پر پوری رغبت سے مشغول ہو لیکن باطن میں اپنا خیال کہیں اور طرف لگائے اپنے ہاتھ پیر وغیرہ سارے جسم کو نرم و ملائم رکھے تاکہ جلد منزل نہ ہو جب جانے کہ اب حرکت سے ہو جائے گا۔ تو ذرا رک کر دو چار سانس اوپر کو لے کر آہستہ چھوڑ دے۔

ریڑھ کی ہڈی بیٹھ پر روزانہ ٹھنڈا پانی ڈالنا مفید ہے نہاتے وقت نل کی دھار کے نیچے کم از کم دس منٹ بیٹھیں رات کو گرم پانی سے تولیہ بھگو کر فوطوں کے نیچے مقعد تک سینک ٹکور کریں اور صبح اسی مقام پر ٹھنڈے پانی میں تولیہ بھگو کر ٹکور کرنے سے امساک بڑھتا ہے اس سلسلہ میں ڈاکٹر میری سٹوپس نے لکھا ہے کہ عضو تناسل کے اگلے چمڑے کو پیچھے ہٹا کر صابن کے ساتھ ٹھنڈے پانی سے دھونا فائدہ مند ہے جذبہ شہوت کو بھڑکانے والی چیزوں سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ فحش اور مخرب اخلاق کتابیں پڑھنے سے جذبات برانگیختہ ہوتے ہیں اور عضو مخصوص میں تحریک پیدا ہوتی ہے یاد رکھنا چاہیئے کہ بار بار کی تحریک سے اعصاب کمزور اور ذکی الحس ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے سرعت انزال رقت اور جریان وغیرہ امراض ہو جاتے ہیں۔

شیخ الرئیس بو علی سینا نے لکھا ہے کہ پسینہ اور اشیائے گرم سے پرہیز کرنا چاہیئے غم غصہ خوف تھکان بھوک اور بیماری کی حالت میں سرعت انزال ہوتا ہے عضو خاص کے بالوں کی صفائی مقوی باہ ہے طبیبوں نے کمزور مردوں کے لئے اسے بہت مفید اور قوت باہ کا اکسیر نسخہ قرار دیا ہے زیادہ کمزور مردوں کو اطباء روزانہ استرے سے بال صاف کرنے کی تلقین کرتے ہیں جب پیشاب کی حاجت ہو فوراً

حکیم علی ضیاء

پیشاب کریں مگر پیشاب ذرا رک رک کر نکالیں یعنی پہلے تھوڑا پیشاب کریں پھر رک جائیں پھر کریں اور رک جائیں اسی طرح پیشاب ختم کریں۔ یہ ایک قسم کی ورزش ہے جس سے رگوں کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ جب پیشاب کی حاجت نہ ہو تو یہ ورزش ہو سکتی ہے اس طرح سے پٹھے لوگوں کو اندر کھینچیں اور پھر چھوڑ دیں بشرطیکہ انسان کو کوئی خاص بیماری نہ ہو اس ورزش سے یقیناً فائدہ پہنچتا ہے رگوں کو غیر معمولی طاقت حاصل ہوتی ہے منی روکنے کی عادت پڑتی ہے۔ اور امساک بڑھتا ہے

خیال کی طاقت اور قوت ارادی سے بہت فائدہ پہنچتا ہے۔ دل سے کمزوری کا خیال نکالو خیال کی طاقت مشہور ہے اگر ایک شخص ہمیشہ اپنے آپ کو کمزور سمجھے یا اپنے آپ کو کسی بیماری میں مبتلا سمجھے اور اسی کا نقشہ دل و دماغ پر جمائے رکھے تو لازمی ہے کہ ذہنی بیماری کسی نہ کسی دن بدنی بیماری کی صورت اختیار کرے جس طرح انسان کے لئے ناممکن ہے کہ وہ گندے خیالات میں سرگرداں رہ کر برائیوں سے بچا رہے اسی طرح وہ ایک شخص جو ہمیشہ اپنے دماغ کو بیماری کے خیالات سے پر رکھتا ہے۔ ایک نہ ایک دن کمزوری بیماری کا شکار ہو جاتا ہے ہمیں ہمیشہ اپنے دل میں صحت و تندرستی کا تصور بٹھانا چاہیئے یاد رکھو جیسا خیال ویسا نتیجہ۔

جو لوگ کچھ کمزور ہوتے ہیں وہ اپنے دماغ میں غیر معمولی کمزوری کا تصور جمائے رکھتے ہیں۔ اگر وہ قوت ارادی اور خیال کے زور سے اس بات کا یقین کر لیں کہ وہ کسی بیماری میں مبتلا نہیں تو یقیناً ساری بیماری دور ہو جاتی ہے اور وہ اپنی مختصر زندگی کی تسلی کر سکتے ہیں خیال میں اس قدر طاقت ہے کہ جو خیال انسان دل میں تصور کرتا ہے وہ جسم میں ابھر کر رہتی ہے۔ بعض

شخص اچھے خاصے تندرست ہوتے ہیں مگر بلاوجہ قوت کی کمی کے شاکی رہتے ہیں اصل میں کوئی نقص نہیں ہوتا ان کا خیال کہ ہم کمزور ہیں۔ عورت کی تسلی نہیں کر سکتے کمزوری کا باعث ہوتا ہے کہ ان کے خیال کا اثر آلہ تناسل کی رگوں پر پڑتا ہے نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ عورت کے ناقابل ہو جاتے ہیں جیسا کہ ایک شخص کو کوئی نالہ عبور کرنا ہے لیکن وہ اس خیال میں ہے کہ میں نالے کو عبور کرنے کی طاقت نہیں رکھتا۔ اس خیال کے نتیجہ میں اس کی ٹانگوں کے پٹھوں میں وہ تیزی اور چستی چھلانگ مار کر عبور کرنے کی طاقت پیدا نہیں ہو سکتی جیسا کہ وہ اس کو عبور کرنے پر اپنے آپ کو قادر سمجھتا ہوا دل اور توجہ سے چھلانگ مارنے کے لئے پٹھوں میں حرکت لائے۔

ڈر اور خوف کا اثر بھی قوت مردی پر پڑتا ہے آپ خود دیکھئے جب آپ عمل خاص میں مشغول ہونے والے ہوں اگر ایک دم کسی کے آنے کا اندیشہ پیدا ہو تو شہوت فوراً ختم ہو جاتی ہے۔ ہمیشہ غصہ میں رہنے والے لوگوں کو سرعت انزال کی شکایت رہتی ہے غصہ ور لوگ بہت کم ہوتے ہیں۔ غصہ میں رہنے والی عورتوں کے دودھ کم آتا ہے اور بعض اوقات بالکل ہی خشک ہو جاتا ہے اطبا غصے کی حالت میں کھانے سے منع فرماتے ہیں غصہ کی حالت میں اگر ماں اپنے بچے کو دودھ پلائے تو بعض اوقات اس کا اثر

PRIFESSRLINK بنگلی

بچہ پر زہر کی مانند پڑتا ہے پروفیسر لینک کرلیں
COPONHEVFON یونیورسٹی اور مشہور فرانسیسی سائنسدان ڈاکٹر مارسس ڈی ملوری نے غصہ کے اسباب اور نظام انسانی پر اس کے اثرات کی تحقیقات کی آپ اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ قوت مردمی کیا غصہ کا دشمن ہے انسانی کی زندگی کم ہو جاتی ہے۔ بار بار جب ہم غصہ میں آتے ہیں ہماری طاقت

حکیم علی ضیاء

ہمارے جوش کے تناسب سے کم ہو جاتی ہے اگر ہم تھوڑا بھی غصہ میں آتے ہیں تو اسی تناسب سے ہماری طاقت کم ہو جاتی ہے حتیٰ کہ بالکل باقی نہیں رہتی ہے

حکیم علی ضیاء

ڈاکٹر ہیبرٹن نے برٹش میڈیکل جرنل میں لکھا ہے کہ یرقان عموماً فکر اور تشویش کی وجہ سے ہوتا ہے غم اور فکر کرنے والے میں ملی کی کم مقدار بنتی ہے اور نیلی منی پیدا ہوتی ہے جس کا نتیجہ یقیناً سرعت انزال ہوتا ہے وقت کے خواہش مندوں کو غم غصہ وغیرہ اپنے پاس آنے نہیں دینا چاہیئے۔

ڈاکٹر میری سٹوپس کے خیالات

زیادہ تر لوگ خیال نامردی میں مبتلا ہیں مکمل طور پر نامرد خال خال شاذ ہوتے ہیں بعض لوگ میں ایک تو قدرتاً قوت باہ قدرے کم ہوتی ہے اور دوسرے وہ وہم میں مبتلا ہو جاتے اور آہستہ آہستہ انکا وہم یقین کی حد تک پہنچ جاتا ہے اور وہ نقلی نامردی کے شکار ہو جاتے ہیں اسکا علاج بہت جلد ہو سکتا ہے خیال ہی اس جملہ امور پر قادر اور حکمران ہے نقلی نامردی میں مبتلا ہو کر مرد کو یقین کر لینا چاہیئے کہ وہ کمزور نہیں ہے جوں ہی کہ نامردی کا خلاف دور ہوا مردانہ طاقتیں عود کر آئیں گی اور قدرتی جماع کا لطف حاصل ہو جائے گا صحبت کے لئے مرد کے عضو تناسل میں ایستادگی ضروری ہے اس کے بغیر ناممکن ہے عضو تناسل کو حرکت میں لانے کے لئے جو رگیں اس میں خون بھیجتی ہیں۔ ان پر گہرا اثر پڑتا ہے لہذا انسان کو اپنے دل سے کمزوری کا خوف دور کر دینا چاہیئے کئی لوگ جو جلق کے عادی تھے مکمل طور پر خاوند بن گئے۔ میرا دعویٰ ہے۔ کہ دوسرے بھی بن

سکتے ہیں۔ اگر ان کے دل سے جلق کا خوفناک نتائج کا خوف دور ہو جائے۔

ضعف باہ کی شکایت کیوں ہوتی ہے

زیادہ جاگنا قابض غذا میں نبشات کا استعمال گھبراہٹ یا رنج یا خوف کی حالت میں جماع جماع کے بعد فوراً ہی پیشاب کرنا ضعف مثانہ جگر اور گردے کی خرابی شراب نوشی رنڈی بازی جلق اغلام کثرت احتلام میلی کچیلی اور بوڑھی عورت سے جماع مصنوعی خواہش پیدا کر کے ہم صحبت ہونا جوانی میں کشتہ جات کا استعمال کثرت چاہیئے نوشی کوکین خوری کاروبار کی زیادتی دائم المرض سوزاک آتشک بواسیر خالی پیٹ یا سخت بھوک کی حالت میں جماع زیادہ موٹاپا دل و دماغ میں امراض ضعف العمری لاغری و عام کمزوری وغیرہ وغیرہ اس قسم کے بہت سے اسباب ہیں جن سے انسان میں ضعف باہ کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔

ڈاکٹر میری سٹوپس نے اپنی تازہ تصنیف میں لکھا ہے کہ خوف اور بیماری کا اثر قوت جماع پر پڑتا ہے جسم میں درد یا قوت ہاضمہ میں خرابی یا اتفاقی حادثہ یا کوئی ایسی جسمانی تکلیف جس کا تعلق اعضائے تناسل کے ساتھ براہ راست ہو اکثر اوقات قوت جماع کو کم کرنے کا باعث ہوتی ہے ریڑھ کے اعصاب کا تعلق اعضائے تناسل سے ہے ان پر چوٹ وغیرہ لگنے سے بھی بعض اوقات مرد میں عارضی طور پر قوت باہ کم ہو جاتی ہے۔ کثرت محنت دماغی مشقت کی زیادتی ڈر خوف توپ کے گولے کے دھماکے سے بھی بعض مرد نامردی کا شکار ہو جاتے ہیں۔

LIKE US ON facebook
Tibbi Books for Atiba Karam

حکیم علی ضیاء

نامردی کے اسباب

عورت سے صحبت کے نا قابل ہونیکا نام ہے "(نامردی) عام طور پر تو ہر مرد، مردانہ عورت، ہوتی ہے۔ تاہم ہزاروں لاکھوں میں سے بعض مرد فطرتی طور پر نامرد اور بعض عورتیں انسانی اوصاف سے عاری پائی جاتی ہے۔ دراصل فطرتی خامی نامردی کا کوئی علاج نہیں البتہ دانستہ خود کردہ بے اعتدالیوں کی تلافی ضرور بہ ضرور ہو سکتی ہے۔

پیدائشی نامردوں کی ایک قسم یہ ہے جن کا عضو مخصوص ہوتا ہی نہیں صرف ایک سوراخ کے ذریعے سے پیشاب کر سکتے ہیں ان نامردوں کا دوسرا طبقہ یہ ہے جن کے خصیے باہر نہیں آتے یا تے اندر ہی رہ جاتے ہیں۔ اگر بچپن میں خاص احتیاط سے اپریشن کے ذریعہ ٹھیک کر دیئے جائیں تو ٹھیک ورنہ بڑے ہو کر جب اعضا کی ساخت بگڑ چکی ہے علاج ناممکن ہے بیشتر سے نامرد ایسے ہوتے ہیں جن کا عضو مخصوص صحیح پیمانہ کے مطابق لمبا نہیں ہوتا۔

یہ تین اقسام نامردی ناقابل علاج ہیں اس کے علاوہ ان میں یہ احساس بھی نہیں ہوتا کہ ہم کسی عجیب نعمت سے محروم ہیں ہاں جن لوگوں نے کسی نہ کسی طریقہ سے اس قوت کا خط حاصل کیا ہے اور اپنی غلط کاریوں کے باعث اپنی جوانی برباد کر چکے ہیں اور اب نامردوں میں شمار ہوتے ہیں مایوس نہ ہوں انہیں ہاتھوں ضائع کردہ دولت میسر آ سکتی ہے، کسی لائق طبیب سے علاج کرائیں فائدہ ہوگا۔

قابل علاج نامردی حسب ذیل اسباب کی وجہ سے ہوتی ہے "۔

جیسا کہ جوگی بیراگیوں کا قاعدہ ہے کہ بچپن ہی سے خوب زور سے کس کر لنگوٹی باندھنا اس سے اعضائے تناسل کی نشوونما ماری جاتی ہے۔ ایسے جوگی عام طور پر دیکھنے میں آتے ہیں جو بظاہر ہٹے کٹے نظر آتے ہیں لیکن ان کا عضو مخصوص کی نشوونما نہیں ہو سکتی اس لئے انسان نامردی کا شکار ہو جاتا ہے جو لوگ شروع سے پہلوانی یا ورزش میں مصروف رہتے ہیں عورت کی طرف انکا خیال نہ جائے اس سے بھی ایک قسم کی نامردی ہو جاتی ہے پھر اگر وہ عورت کی سنیں ان کی صحبت میں بیٹھیں عشقیہ افسانے اور کہانیاں سنیں تو ان کے جذبات میں یقیناً ہیجان پیدا ہو کر بغیر دارو دوا کے مردانہ قوت عود کر آتی ہے مجامعت کو دیکھنے یا جانوروں کو ہم جفت ہوتا دیکھنا بھی مفید ہے خوبصورت عورتوں کا دیکھنا اور راگ رنگ بھی بہت اثر کرتا ہے عضو خاص کے بالوں کو روزانہ استرے سے صاف کرنا بہت مفید ثابت ہوگا۔

جگر اور گردہ کی بیماریاں ضعف مثانہ منی کی نالی کا ورم زیادہ بیٹھک ذہنی پریشانیاں ترش اشیاء کا کثرت سے استعمال نشہ بازی جلق اغلام آتشک سوزاک عورت سے مرعوب ہونا بوڑھی یا بدصورت عورت سے صحبت حیا غم غصہ پیشاب پاخانہ کی حاجت میں صحبت کرتے رہنا جماع کے تصور میں ہر وقت کی محویت عورت کی نارضامندی سے جماع، جماع کی گرمی ورنہ ہونے سے پہلے نہانا یا ٹھنڈا پانی یا سرد ادویات پینا بھی نامردی پیدا کرتے ہیں ان اسباب میں سے جو وجہ باعث نامردی ہو اسے ملحوظ رکھ کر علاج کرنے سے نامرد شفا پا سکتے ہیں۔

بے اولادی

یہ ایک قدرتی اصول ہے کہ مرد عورت کے ملنے سے حمل قرار پایا جاتا ہے
اگر ایسا نہ ہوتا تو نسل انسانی کب ختم ہو چکی ہوتی جس طرح حیوانات
میں اکثر صرف ایک ہی بار ملنے سے مادہ حاملہ ہو جاتی ہے انسان میں بھی
ایسا ہی ہونا چاہیئے لیکن عام عورتوں میں ہم اس کے برعکس پاتے ہیں۔ بلکہ
اکثر گھرانوں میں تو برسوں کوشش کرنے پر بھی یہ کامیابی نہیں ہوتی تو کیا
انسان کے لئے کوئی اور قانون فطرت ہے نہیں قدرت کا قانون ہرگز
نہیں بدل سکتا۔

اولاد کا ہونا یا نہ ہونا بھی باضابطہ ایک قانون ہے اس قانون پر
نظر ڈالنے سے ثابت ہوتا ہے کہ اس اختلاف یعنی مرد اور عورت کے ملنے
کے باوجود اولاد نہ ہونا بھی ایک خاص معنی رکھتا ہے جس کے ذمہ دار وہ
بدنصیب انسان ہیں جنہوں نے بچپن کی بے اعتدالیوں سے خود کو ان نعمتوں
سے محروم کر دیا ہے ورنہ فیض قدرت نے بخل سے کام نہیں لیا تھا۔
شاذ و نادر حالات مرد یا عورت تولید نسل کی صلاحیت نہیں رکھتے
جو حقیقتاً ان کی نہیں تو ان کے والدین کی قانون شکنی کا نتیجہ ضرور
ہوتا ہے۔ ورنہ عام طور پر انسان اپنی غلط کاریوں کی وجہ سے
محروم رہتے ہیں یہاں ہم مرد اور عورت دونوں کے متعلق لاولدی
کے وجوہات لکھتے ہیں۔

مردانہ خرابیاں

ہزاروں لاکھوں میں شاید کوئی مرد پیدائشی طور پر نامرد ہوتا ہے
ورنہ قدرت نے عام طور پر سب انسانوں کو کامل بنایا ہے۔ بعض بچوں کے
خصیے کسی دباؤ یا مرض کے سبب سے باہر نہیں آتے اور بڑے ہونے
پر کوئی علاج نہیں رہتا ہے۔ کسی مرد کی منی میں وہ کیڑے ہی نہیں ہوتے
جن سے نطفہ ٹھہرتا ہے وہ بھی ناقابلِ علاج ہیں کسی مرد کا آلہ تناسل اگر
۱ یا ۲ انچ ہوتا ہے۔ یا بعض مردوں میں قوت انتشار ہی نہیں ہوتی
ان کا علاج بھی نہیں ہو سکتا۔

ناقابلِ علاج مریضوں میں مخلوق آتشک زدہ سوزاک کا مریض جو بیوی
سے پہلے یا بعد میں مبتلا ہوتا ہے نشتر باندیا سے تھا ہوا اور منی کے نالی کے
ورم میں مبتلا ہوئی اسے شرمندہ یا مرعوب سرعت انزال جریان اور دیگر
اسی قسم کے امراض میں مبتلا مریض قابلِ علاج ہیں صحت کے بعد ان
کے ہاں اولاد ہو سکتی ہے۔

زنانہ نقائص

نامردوں یا اولاد پیدا کرنے سے قاصر مردوں کی طرح عورتیں بھی
ایسی ہیں جنہیں ناعورت کہا جاتا ہے۔ ان میں سے کسی کے رحم کا تو منہ
بند ہوتا ہے۔ بعض کو سرے سے حیض ہی آتا کسی کی فرج میں رحم ہی نہیں ہوتا
کسی کی اندام نہانی ہی نہیں ہوتی صرف پیشاب کی جگہ ہوتی ہے باقی مادہ جسم
ذیل قابل علاج ہیں باقاعدہ علاج سے اولاد کی امید ہو سکتی ہے۔

حکیم علی ضیاء

رحم میں از حد خشکی ہونا (۲) درد کے ساتھ جھاگ دار حیض آنا (۳) خون یا چربی چھا جانے کے باعث رحم موٹا ہو جائے یہ حیض میں تھوڑا اور درد آنا (۵) رحم کا اپنی جگہ سے ٹل جانا (۶) غلبہ رطوبت جس کی علامت یہ ہے حیض کا گاڑھا نبض تیز، پیشاب کا جلن سے رنگ سفید آنا کبھی حیض یا حمل ٹھہرنے پر خون کا جاری ہونا (۸) فرج سے پیپ جاری ہونا اور جلن سی رہنا (۹) ہر وقت جماع کی خواہش (۱۰) ہر وقت رستے رہنا اور خون حیض بہت زیادہ آنا۔ (۱۱) ضعف رحم نیز عورت کا از حد نحیف ہونا (۱۲) مرد کے بعد بہت دیر میں منزل ہونے والی۔

مندرجہ بالا شکایات عورت کو بانجھ یا ناقابل اولاد کر دیتی ہیں۔ ان کا علاج کرانے سے تکلیف رفع ہو جاتی ہے اور عورت اولاد پیدا کرنے کے قابل ہو سکتی ہے۔

صحت

ایک شاعر کا قول ہے کہ تندرستی ہزار نعمت ہے یہ قول سولہ آنے درست ہے تندرست میاں بیوی خوش نصیب ہیں ایک عورت میں جو اوصاف ہونے چاہئیں ان میں سب سے افضل صحت ہے حسن ایک جادو ہے اور وہ صحت میں پنہاں ہے بلکہ صحت ہی دوسرا نام خوبصورتی ہے۔ بڑے بڑے حسین چہرے بھی معلوم ہوتے ہیں اگر ان پہ تندرستی کی دمک نہ ہو اور رخساروں پہ خون کی سرخی کی بجائے زردی اور سیاہی ہو۔ تندرست عورت خواہ مخواہ خوبصورت معلوم ہوتی ہے اور اسے دیکھ کر خاوند کے دل میں جذبہ محبت پیدا ہوتا ہے اس کے علاوہ تندرست عورت اپنے خاوند کے ہر دکھ میں شریک ہو سکتی ہے بیمار عورت کی کیا زندگی بچوں کی پیدائش کا بوجھ ہی نہیں اٹھا سکتی۔

ہندوستانی خواتین کی صحت دن بدن جس قدر کمزور ہو رہی ہے اس کے

اظہار کی ضرورت نہیں دنیا کے کسی حصے میں عورتوں کی صحت اس قدر خراب نہیں۔ ہند و پاک میں عورتوں کی شرح اموات دن بدن بڑھ رہی ہے عورتوں ہی کی خرابی صحت کا ایک افسوسناک نتیجہ یہ ہے کہ آج ہندوستان میں شیر خوار بچوں کی اموات دنیا کے تمام ممالک سے زیادہ ہے۔

حکیم علی ضیاء

صحت

صحت کی بربادی کے اسباب

کسی مرض کا علاج کرنے کے لئے اس کے اسباب کی تحقیقات ضروری ہے طبیب جب تک مرض کے اسباب کو سمجھ نہ لے اسوقت تک اسے علاج میں کامیابی نہیں ہو سکتی ہم ذیل میں اختصار کے ساتھ ہندوستانی عورتوں کی بربادی صحت کے بہت سے اسباب ہیں مگر ہم چند موٹی باتوں کو درج کرتا ہے اگر آپ کی صحت ٹھیک ہے تو آپ کو شادی کا لطف آئے گا ورنہ جلدی اپنی زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھو گے لہذا اپنی صحت کو برقرار رکھنے کے لئے دو روپے کا منی آرڈر بھیجکر ہدایت نامہ صحت منگوائیں (منگوانے کا پتہ) حمید بک ڈپو نولکھا بازار لاہور۔

مباشرت کی زیادتی

مباشرت کی زیادتی کے خوفناک نتائج مفصل طور پہ پہلے مضمون پہ درج

ہو چکے ہیں یہاں صرف وہ تین درج کی جاتی ہیں جس کا تعلق عورتوں کے مخصوص امراض سے ہے

کثرت جماع سے عورت کا اندام نہانی ڈھیلا پڑ جاتا ہے جسمانی کمزوری کے علاوہ رحم اپنی جگہ سے ہل جاتا ہے حمل قرار نہیں پاتا عورت بچہ پیدا کرنے کے قابل ہو جاتی ہے دبرج پتلا پڑ جاتا ہے اول تو کمزور دبرج سے حمل قرار نہیں پاتا اگر حمل ٹھہر جائے تو چونکہ کثرت جماع سے عورت کا رحم کمزور ہو چکا ہوتا ہے اور کمزور رحم حمل کے بوجھ کو برداشت نہیں کر سکتا چنانچہ حمل گر جاتا ہے اگر ایسا نہ ہو تو مرا ہوا بچہ پیدا ہوتا ہے یعنی وہ زندہ درگور رہتا ہے بس اولاد کے واسطے بھی ضروری ہے کہ مرد جماع کی زیادتی سے پرہیز کریں

حیض کی تکالیف

جماع کی زیادتی سے حیض کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ قانون فطرت کے متعلق حیض اٹھائیس دن کے بعد آنا چاہیئے مگر زیادہ مجوک کرنیوالی عورتوں کو ہفتہ دو ہفتہ پہلے ہی آ جاتا ہے حیض کی باقاعدگی اگر عرصہ تک رہے تو سمجھ لیجیئے کہ عورت میں بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت آہستہ آہستہ رخصت ہو رہی ہے بعض عورتوں کو درد سے حیض آتا ہے حیض شروع ہونے سے پہلے سخت درد ہوتا ہے۔ طبیعت خراب ہوتی ہے آنکھوں کے اندر اندھیرا سا آ جاتا ہے سر چکراتا ہے یہ سب کثرت جماع کا نتیجہ ہے

سفید پانی کا آنا

حکیم علی ضیاء

عورتوں کو سفید پانی آنے کی دوسری وجوہ آئندہ صفحات میں بیان ہوں گی

علاوہ ان اسباب کے زیادہ جماع سے بھی یہ شکایت اکثر پیدا ہو جاتی ہے اور جب یان الرحم کا مرض لاحق ہو جاتا ہے اس مرض میں مبتلا عورت اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں ہوتی مرض شروع ہوتے ہی پہلے جماع کو خیر باد کہنا چاہیئے سمجھدار بیوی کو واجب ہے کہ وہ صحت کا واسطہ دیکر اس کام سے خاوند کو روکے

اگر مصالحوں گرم چیزوں ثقیل اور دیر سے ہضم ہونیوالی اشیاء سے پرہیز کرتے ہوئے لیڈی ڈاکٹر سے علاج کرانا چاہیئے۔ عام بازاری نسخوں اور اشتہاری دواؤں سے فائدے کی بجائے سخت نقصان ہوتا ہے۔

بچپن کی شادی کے نتائج

کم سنی کی شادی بھی ہندوستان کی پیشانی پر ایک بدنما داغ ہے بدقسمتی سے کم سن بچوں کے نازک کندھوں پہ مادری فرائض قبل از وقت عاید ہو جاتے ہیں اور ان کی صحت ہمیشہ کے لئے برباد ہو جاتی ہے جب تک لڑکی کو کمل طریق پر نشوونما پا جائے اس وقت اس کی شادی کرنا اپنی بچی کو خود اپنے ہاتھوں موت کے گھاٹ اتارنے کے برابر ہے۔

بچپن کی شادی سے صحت کمزور ہو جاتی ہے تجربہ بتاتا ہے کہ جن لڑکیوں کی شادی کم سنی میں ہوتی وہ بکثرت اعصابی امراض کا شکار ہوئیں اس کے علاوہ ازیں ذرا اعوز کی بات ہے کہ جن بچیوں کی صحت شروع ہی سے خراب ہو جائے تو ان کی اولاد کیسے تندرست رہ سکتی ہے۔

کھانے پینے میں بے اعتدالیاں

عورتیں عام طور پہ کھانے پینے میں بے اعتدالیاں کر جاتی ہیں جس کا نتیجہ

یہ ہوتا ہے کہ وہ بیماریاں میں مبتلا ہو کر خاوند کیلئے تکلیف کے باعث بنتی ہیں روپیہ خرچ ہونے کے علاوہ پریشانی اٹھانی پڑتی ہے۔ عام طور پر عورتیں کانے بھینس کی طرح جگالی کرتیں رہتیں ہیں گلی میں خواہ خوانچے والا آئے اس کا پھیرا خالی نہیں جاتا آلو کچالو چٹنی، دال، سونیاں پکوڑے الوچے کبھی ناشپاتیاں اور گلے سڑے پھل عورتوں کا بھاتا کھاج ہے ہر وقت کھاتے رہتے اور پھر ان مضر چیزوں کے کھانے سے قوت ہاضمہ میں فرق آجاتا ہے کھانے پینے میں ہمیشہ احتیاط سے کام لینا چاہیئے اتنا کھاؤ کہ آسانی سے ہضم ہو جائے روٹی جیسی نعمت بھی ذرا بھوک رکھ کر کھانی چاہیئے۔ زیادہ کھانے سے صحت نہیں بڑھتی بلکہ غذا کے ہضم ہونے اور جزو بدن بننے سے صحت میں ترقی ہوتی ہے جسم میں خون پیدا ہوتا ہے اور طاقت حاصل ہوتی ہے بعض دبلی پتلی عورتیں گھی دودھ مکھن بالائی اور مرغن غذائیں اتنی کھا جاتی ہیں کہ ہضم نہیں کر سکتیں چنانچہ وہ بدہضمی کا شکار ہو جاتی ہیں اور ان کی رہی سہی طاقت اور صحت بھی برباد ہو جاتی ہے صحت کے قائم رکھنے کے لئے ضروری ہے کہ کھانے پینے میں احتیاط کی جائے۔

برف کے نقصانات

موسم گرما میں برف کا رواج بڑھ رہا ہے یہ نقصان دہ چیز ہے۔ جو لوگ اس سے پیاس بجھانا چاہتے ہیں وہ غلطی پر ہیں اس سے پیاس زیادہ بھڑکتی ہے بار بار پانی کی خواہش ہوتی ہے برف زیادہ سرد ہونے کی وجہ سے معدہ اور جگر کی حرارت کم کرتی ہے جس کی وجہ سے اعضائے معدہ جگر غذا کو بخوبی ہضم نہیں کر سکتے۔ برف سے ریشہ کی تحریک

ہوتی ہے کھانسی پیدا ہوتی ہے اور گلہ اور پھیپھڑے خراب ہو جاتے ہیں۔
غرض یہ کہ برف بہت ہی مضر صحت ہے۔ اس کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہیئے ہاں ایک صورت میں مفید ہے گرمی کی وجہ سے اگر بھوک نہ لگتی ہو تو کھانا کھانے سے نصف گھنٹہ پہلے برف کا پانی پی لیں، خوب بھوک لگے گی مگر پانی زیادہ ٹھنڈا نہیں ہونا چاہیئے۔

حکیم علی ضیاء

شدید پردہ

ہندوستانی عورتوں کا شدید پردہ بھی انکی بربادی صحت کا باعث ہے ہم بے پردگی کے حامی نہیں بلکہ عورتوں کا بے باکی کے ساتھ بن سنور کر بازاروں میں گھومنا سخت قابل اعتراض ہے مگر شدید پردہ بھی عورتوں کی بربادی صحت کا باعث بن رہا ہے۔ عورتیں پردے میں رہتے ہوئے شرم و حیا کو ترک کئے بغیر بھی سیر و تفریح سے قائم رکھ سکتی ہیں مگر بعض گھرانوں میں عورتوں کو گھر کی چار دیواری سے باہر قدم رکھنے کی اجازت نہیں عورتوں کو اس طرح مقید کر دینا ان پر ظلم عظیم ہے اس کی وجہ سے عورتوں کی صحت جسقدر تباہ ہوتی ہے اس کا اندازہ صرف اس وقت ہو سکتا ہے جب مردوں کو صرف ایک ہفتہ کے لئے گھر کے اندر بند کر دیا جائے مرد تو باہر گھوم پھر کر صاف ہوا وہ چیز ہے جس پر انسانی زندگی کا انحصار ہے اور وہی بڑے بڑے شہروں کی تنگ گلیوں اور تاریک مکانوں میں رہنے والی عورتوں کو میسر نہیں آتی پھر ان کی صحت درست رہے تو کیونکر رہ سکتی ہے۔

عورتوں سے بدسلوکی

بعض گھرانوں میں عورتوں کو معمولی ملازمہ کا درجہ حاصل ہے بلکہ تنخواہ دار خادمہ گھر کی نام نہاد مالکہ سے بدرجہا بہتر ہوتی ہے مالک کی خدمت کرنے کو خادمہ کیلئے چند گھنٹے مقرر ہوتے ہیں اس کے بعد وہ آزاد ہوتی ہے لیکن گھر کی مالکہ صبح سے شام تک اپنے شوہر بچوں یا ساس نند اور دیور وغیرہ کی خدمت میں لگی رہتی ہے اس پر بھی ساس کہتی ہے اسے خدمت کرنے کا دقت نہیں نند اور دیور طعنے دیتے ہیں اول تو ان باتوں ہی سے بیوی کی صحت تباہ ہو جاتی ہے اور اس کا خون خشک ہونا شروع ہو جاتا ہے مگر بعض نادان خاوند بیوی پہ ہاتھ اٹھانے سے بھی دریغ نہیں کرتے اس سے اس کی رہی سہی طاقت اور صحت بھی برباد ہو جاتی ہے۔

ایک ملازم یہ سختی کرتے وقت مالک کو اندیشہ رہتا ہے کہ اگر اس نے ملازمت چھوڑ دی تو کام کاج کی دشواری ہو گی لیکن بیوی وہ خادمہ ہے کہ اس کے ساتھ خواہ کیسا ہی سلوک کیا جائے لیکن اس کی جانب سے گھر چھوڑ کر جانے کا کوئی اندیشہ نہیں ملازم وقت پہ تنخواہ طلب کرتا ہے لیکن بیوی کو شوہر کچھ دے دے تو اس کی مہربانی ورنہ عورت کو شکایت کا کوئی حق حاصل نہیں ہے۔

ان تمام باتوں کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ عورت کی صحت برباد ہو جاتی ہے خاوندوں کو ذرا ٹھنڈے دل سے سوچنا چاہیئے کہ موجودہ ترقی کے زمانہ میں ادنٰے ملازم بھی اپنے آقا سے پٹنا پسند نہیں کرتا مگر غریب عورتیں کمزور ذات ہونے کیوجہ سے اپنی شرافت اور خاندانی عزت و ناموس کے خیال سے

اپنے شوہروں کے ظلم خاموشی سے برداشت کرتی ہیں اور اف تک نہیں کرتیں مرد کو عورت پہ ہاتھ اٹھانے سے پہلے سوچنا چاہیے کہ اگر عورت تنگ آ کر مرد کے مقابلے میں آ جائے تو مرد کی کیا عزت رہے گی عورت کا مقابلہ برا ہوتا ہے اگر وہ کچھ بھی نہ کہے تو اپنا گھر چھوڑ کر میکے چلی جاتی ہے اگرچہ اس حال میں میکے جانا خود کے لئے باعث بے عزتی ہے مگر ظالم خاوندوں کو سوچنا چاہیئے کہ یہ حالت ان کے لئے بھی رسوائی اور بدنامی کا [illegible]

حکیم علی ضیاء

چکی کے فائدے

پہلے زمانے کی عورتوں کی صحت موجودہ زمانے کی عورتوں سے اچھی ہوتی تھی اور خصوصًا وہ امراض مخصوصہ میں بہت کم مبتلا ہوتی تھیں اس میں ایک خاص راز یہ ہے کہ اس زمانے میں چکی کا رواج بہت تھا گھر گھر چکیاں لگی تھیں عورتیں اپنی ضرورت کے مطابق روزانہ آٹا پیس لیا کرتی تھیں مگر چکی کا رواج دن بدن کم ہو رہا ہے نازک مزاج عورتیں چکی کا نام تک سننا گوارہ نہیں کرتیں چکی جتنی مفید اور صحت بخش چیز ہے اتنی ہی پڑھی لکھیں اور فیشن پرست عورتیں اس سے دور بھاگتی ہیں چکی پیسنے سے بازوں میں ورزش ہوتی ہے مگر سب سے زیادہ ورزش عورت کے نازک اعضا تناسل کی ہوتی ہے رحم کو طاقت پہنچتی ہے مضبوط اور صحت مند اولاد پیدا ہوتی ہے چکی پیسنے والی عورت کبھی بے اولاد نہ ہو گی۔ اور وہ رحم کی کسی بیماری میں مبتلا نہیں ہو سکتی چکی پیسنے سے عورت کی تندرستی میں اضافہ ہوتا ہے۔ اور قوت ہاضمہ کو بڑھاتا ہے۔

چرخے کے فائدے

چرخے میں موسیقی پوشیدہ ہے جو روح کی غذا ہے جسمانی صحت کے لحاظ سے بھی چرخے کا چلانا بازوؤں کو مضبوط کرتا ہے۔ چرخہ پھیپھڑوں کے لیے منفعت بخش ہے پیٹ کے پٹھوں کو تقویت دیتا ہے مرحوم ڈاکٹر بیلی رام مریضوں کو صحت کو برقراری کے لئے پہلا یہ مشورہ دیا کرتے تھے کہ چرخہ اور چکی چلاؤ ڈاکٹر خان چند دیو ایم ڈی جو تپ دق کی کامیاب معالج ہیں اور ایک عرصہ تک امریکہ رہ چکے ہیں اور عنبر ما تک کے سینی ٹوریم دیکھ چکے ہیں فرماتے ہیں کہ چرخہ چلانے سے پھیپھڑے مضبوط ہوتے ہیں اور چونکہ تپ دق کا مریض اکثر پھیپھڑوں کی خرابی کی وجہ سے رونما ہوتا ہے اس لیئے چرخہ چلانا فائدہ مند ہے۔ اس سے گھر کی آمدنی میں اضافہ ہوتا ہے۔

غم اور فکر

غم اور فکر کو اپنے پاس تک نہ آنے دینا چاہیئے صحت درست نہیں تو غم کی کیا ضرورت ہے ایک تو پہلے ہی مرض میں مبتلا ہیں دوسرے غم کا مرض خریدنے سے کیا حاصل مریض کے لیے غم اور فکر موت کے گھاٹ اترنے کے برابر ہے۔ اور تندرست آدمی کے لئے غم و فکر کرنا مرض کو دعوت دینا ہے غم کرنے سے دل کمزور ہوتا ہے جسم کا خون خشک ہوتا ہے۔ انسان میں مرض کا مقابلہ کرنے کی طاقت نہیں رہتی رنج و فکر کا دل اور پھیپھڑوں پر بھی برا اثر پڑتا ہے آپ ہمیشہ خوش و خرم رہیں اور کبھی غم اور فکر کو اپنے پاس نہ آنے دیں ایک ڈاکٹر کا قول ہے ہنسنے سے پیٹ کی آنتیں ہلتی

ہیں خون کا دورہ تیزی سے چکر لگاتا ہے بھوک بڑھتی ہے۔ اور کھایا ہوا ہضم ہوتا ہے۔

سر ہیرلڈ بلمین کے خیالات

اس سلسلے میں ہیرلڈ بلمین مشہور امریکی مصنف نے لکھا ہے کہ فکر کرنے والے کے لئے دراصل دنیا میں دو ہی باتیں ہیں یہ کہ آیا تمہاری صحت اچھی ہے یا کہ تم بیمار ہو۔ اگر تم اچھے ہو تو فکر کرنے کی ضرورت نہیں۔ لیکن اگر بیمار ہو تو پھر فکر کے لائق دو ہی باتیں ہیں اور وہ یہ کہ آیا تم اچھے ہو جاؤ گے یا زیادہ بیمار ہو جاؤ گے تو پھر فکر کرنے کی کوئی ضرورت نہیں لیکن اگر زیادہ بیمار ہو جاؤ گے یا دوزخ میں اگر تم بہشت میں جاؤ گے تو فکر کا کوئی مقام نہیں اگر تم دوزخ میں جاؤ گے تو فکر کے لیے تمہیں کوئی وقت نہیں ملے گا۔ کیونکہ تم اپنے بے شمار دوستوں کے ساتھ جو تم سے پہلے یہاں پہنچ چکے ہیں۔ مصافحہ کرنے سے فرصت نہیں پاؤ گے اور پھر ڈیرہ جمانے کے انتظام میں مشغول ہو جاؤ گے۔ اس لیئے کسی بھی حالت میں فکر کرنا غیر ضروری ہے۔

حکیم علی ضیاء

ہنسی اور خوشی

اگر قدرت نے انسان کو ہنسی کے لئے نہ بنایا ہوتا تو یہ ظاہر ہے کہ اور تمام مخلوق کو چھوڑ کر انسان ہی میں یہ خصوصیت کیوں رکھی گئی کہ وہ ہنس سکتا ہے۔ کوئی پرندہ چرندہ یا درندہ قہقہہ نہیں لگا سکتا

دِ مسکرا سکتا ہے نہ دوسروں کو ہنسا سکتا ہے یہ نعمت خدا نے صرف انسان ہی کو دی ہے۔ ہنسی اور تندرستی پر زندگی منحصر ہے ڈاکٹر والٹر ہیڈمن کا قول ہے "دو ہنسو اور موٹے ہو" ہنسی ایک قسم کی اعلیٰ ورزش ہے جس سے پھیپھڑوں کو تقویت پہنچتی ہے اور خیالات تیز ہوتے ہیں۔

ایک فلاسفر کا قول ہے کہ ہنسی زندگی ہے اور سنجیدگی موت ہے۔ یہ خدا کی خاص مہربانی کہ اپنی مخلوق میں فرشتوں کے بعد صرف انسان ہی کو کھلے دل سے ہنسنے کی عظمت فرمائی لہذا اس عطیہ آلہی کو قبول نہ کرنا کفران نعمت ہے یہ یاد رہے کہ جب انسان کھلے دل سے ہنسی سیکھ جائے تو وہ بزرگوں اور دیوتاؤں کا درجہ حاصل کرے گا کیونکہ اس وقت تو بزرگ ہی کھلے دل سے ہنسنے کے عادی ہیں اور انسان اس میں مبتدی ہے وہ ذرا سے مالی نقصان یا خلاف طبع واقعہ پر ہنسنا بھول جاتا ہے اگر یہ ہنسنے کا عادی ہو جائے تو پھر جو مصیبت آئے اس میں صبر کرنے لگا۔

قہقہہ لگا کر ہنسنا نہ صرف صحت بخش ہے بلکہ مصفی خون بھی ہے اطباء کا قول ہے کہ کوئی اعلیٰ سے اعلیٰ دوا خون صاف کرتے ہیں اکسیر نہیں جیسا کہ کھلکھلا کر ہنسنا ہے اس سے تمام رنجیدہ باتیں جو طبیعت کو بدحال کرنے والی ہیں۔ فراموش ہو جاتی ہیں غرض سو دواؤں کی ایک دوا ہے جہاں تک ممکن ہو خوش و خرم رہنے کی کوشش کرو۔

اس میں شک نہیں کہ جو لوگ خوش و خرم رہتے ہیں وہ تندرست رہتے ہیں زیادہ سوچنے اور ہر وقت فکر میں رہنے سے انسان کو

حکیم علی ضیاء

آفتابی اثرات رکھنے والی ادویہ استعمال کرائی جائیں تو لڑکا پیدا ہوتا ہے کیونکہ اس وقت تک نطفہ لڑکے یا لڑکی کی صورت اختیار نہیں کرتا ہے اور بات ہے کہ حمل ٹھہرتے وقت اگر مرد کا سیدھا نتھنا چل رہا ہو تو لڑکے کا حمل ہوگا اور نہ الٹا نتھنا چلنے کی صورت میں لڑکی اطباء کے نزدیک صحبت کے وقت اگر مرد کی منی غالب رہے تو لڑکا پیدا ہوتا ہے اور اگر عورت کی منی غالب رہے تو لڑکی بعض کا قول ہے کہ جس کی منی رحم میں پہلے پہنچے گی اسکے مطابق بچہ ہوگا پھر ایک نقطہ اور ہے وہ یہ کہ عورت کی منی خواہ رحم میں پہنچ چکی ہو لیکن مرد کی منی اندام میں گاڑھی ہو تو جب بھی مردانہ قوت زیادہ ہونے کے باعث لڑکا پیدا ہوگا لڑکی کا نطفہ قرار پا جائیگا باوجود مردانہ اطوار ضرور ہونگے علی ہذا القیاس خواہ لڑکا ہی کیوں نہ ہو لیکن مرد کی منی میں ذرا نرمی ہو جائے تو اس لڑکے میں زنانہ پن کی علامت زیادہ ہوں گی اسباب مردانگی کم یعنی اعضا عادات و اطوار میں لڑکا لڑکیوں کی طرح ہوگا

اگر عورت کی خواہش کے مطابق صحبت کی جائے تو لڑکے کا حمل ٹھہرتا ہے اکثر مردوں کی خواہش سے صحبت ہوتی ہے اس لئے زیادہ لڑکیاں ہوتی ہیں۔ مذہبی خیالات والی عورتوں کے ہاں لڑکے کم پیدا ہوتے ہیں اور لڑکیاں زیادہ چونکہ وہ ہمبستری کی خواہشمند نہیں ہوتی عموماً خاوند کی غرض سے مباشرت کرتی ہے ہر وقت شہوت میں سرشار رہنے والی عورتوں کے ہاں کمزور اولاد پیدا ہوتی ہے اور عموماً ایسی لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں جن کی اولاد تھوڑی ہوتی ہے کثرت مجامعت سے بھی لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں چنانچہ رنڈیوں کے ہاں لڑکیاں زیادہ ہوتی ہیں وضع حمل کے بعد اگر جلد ہی حاملہ ہو تو لڑکی کا حمل ہوتا ہے طب کی رو سے اگر مرد غالب رہے تو لڑکا پیدا ہوتا ہے عورت غالب ہو تو لڑکی کا حمل ہوتا ہے مرد غالب ہونے کے یہ مطلب ہوتا ہے کہ مرد تندرست اور توانا ہو اور اسکی منی میں مردانہ کیڑے ہوں

ڈھلکی ہوئی بھدی چھاتیاں حسن کی دشمن ہیں عموماً ایک بچہ ہونے کے بعد عورت کے پستانوں کی خوبصورتی رخصت ہو جاتی ہے۔ اور اس کی وجہ عورتوں کی بے پرواہی ہے۔ اگر ذرا احتیاط کی جائے تو عورتیں اپنا حسن قائم رکھ سکتی ہیں۔ بچے کو کبھی لیٹ کر دودھ نہ پلائیں بلکہ ہمیشہ گود میں لے کر پلائیں جیسا کہ عام طور پر عورتیں کرتی ہیں۔

پستانوں کو لمبا کر کے بچہ کے منہ تک نہ پہنچائیں بلکہ بچہ کا منہ پستانوں کے نیچے کی طرف کھینچے گا اور پستان بڑھ جائیں گے۔

ہر عورت کے لئے انگیا کا استعمال بہت ضروری ہے۔ جو عورتیں چاہتی ہیں کہ ان کا حسن اور صحت قائم رہے ضروری ہے جو عورتیں استعمال کریں۔ راجپوتانہ اور یوپی میں انگیا کا عام رواج ہے۔ اور پنجاب میں بہت کم یہی وجہ ہے کہ پنجابی عورتوں کے پستان بہت جلد ڈھلک پڑتے ہیں۔ پنجاب میں مزدور پیشہ عورتیں انگیا پہنتی ہیں اور مرہٹوں میں بھی اس کا عام رواج ہے۔ انگریز عورتیں کرینسنٹ سپورٹر (BRR STS UPORTER) کا استعمال کرتی ہیں۔

عورت کے لئے انگیا بہت ضروری اور مفید چیز ہے حسب ذیل ادویہ سے ڈھلکی ہوئی چھاتیاں درست ہو سکتی ہیں۔

پوست انار گلو، انار چھال انار برگ انار جڑ انار ہر ایک نصف سیر لے کر کوٹ کر دو سیر اور عرق گلاب چار سیر میں دو دن بھگو رکھیں اس کے بعد نرم آنچ پر اس قدر پکائیں کہ ½ پانی رہ جائے پھر چھان کر دو سیر تیل سرسوں ملا کر نرم آنچ پر اس کو پکائیں تاکہ پانی خشک ہو جائے جب صرف تیل رہ جائے تو اسے سنبھال شیشی میں

رکھیں۔ روزانہ صبح و شام چھاتیوں پر آہستہ آہستہ چند منٹ ملیں اس کے بعد پٹی سے باندھ دیں۔ یہ دوا استعمال کرنے کے دوران میں روزانہ غسل کے وقت پستان صابن سے صاف کریں یہ مجرب نسخہ ہے ایک مہینے میں نمایاں فرق معلوم ہونے لگتا ہے۔

حکیم علی ضیاء

بالوں کی حفاظت

ایسی عورتیں کثرت سے ملتی ہیں، جو نہ روزانہ غسل کرتی ہیں۔ اور نہ روزمرہ بالوں میں کنگھی یہ سخت جہالت ہے صحت قائم رکھنے کے لئے جہاں جسم کی صفائی ضروری ہے۔ نہ صرف بالوں کی صفائی ہوتی ہے بلکہ بالوں کی جڑیں مضبوط ہو کر خوبصورتی بھی پیدا ہوتی ہے۔

عورت کی خوبصورتی کا دارومدار بالوں پر ہے۔ دنیا کی تاریخ سے پتہ چلتا ہے کہ بعض عورتیں صرف بالوں کی خوبصورتی کے سبب سے ملکوں اور قوموں کی قسمت کی مالک بن گئیں اور ان کے اشارے پر سلطنتیں کٹ مریں جس وقت مصر پر ملکہ کلوپیٹرا کی حکومت تھی بالوں کو خدا کی نعمت خیال کیا جاتا تھا۔ شعراء کے کلام سے معلوم ہوتا ہے کہ انسان پر بالوں کی خوبصورتی کا کتنا گہرا اثر ہے۔

دراصل بالوں کی حفاظت ہی خوبصورتی کی حفاظت ہے جو عورتیں بالوں کی حفاظت میں کوتاہی کرتی ہیں۔ وہ سخت غلطی پر ہیں۔ بالوں کو امراض سے محفوظ رکھنے کے لئے سخت نقصان دہ ہیں کیونکہ تیار کیئے جاتے ہیں۔ جو بالوں کے لئے سخت مضر ہیں۔ ان کے استعمال

سے بال قبل از وقت سفید ہو جاتے ہیں۔ جھڑ یا کمزور ہو کر بال گرنے لگتے ہیں۔ خالص سرسوں کا تیل یا تلی بالوں کے بہت مفید ہے۔
بالوں میں روزانہ تیل لگانا چاہیئے۔ تیل لگانے سے یہ مراد نہیں کہ بالوں کو تیل سے تر کر لیا جائے بلکہ تیل کو بالوں کی جڑوں تک لگایا جائے اس سے سر اور دماغ کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ بال خوبصورت لمبے اور مضبوط ہوتے ہیں۔ بالوں کو ملتانی مٹی یا معمولی بازاری صابن سے نہیں دھونا چاہیئے۔ بالوں کو چکنا کرنے کے لئے گھی اور مکھن کا استعمال نہیں کرنا چاہیئے۔ اس سے سر میں بدبو پیدا ہوتی ہے اور مسامات بند ہو جاتے ہیں۔ ہفتہ میں دو بار بالوں کو ضرور صاف کرنا چاہیے اور گھنٹہ دو گھنٹہ بالوں کو کھلی ہوا میں یا دھوپ میں سکھانا چاہیئے۔ چھوٹی لڑکیوں کے بال کھلے رکھنے سے خوبصورتی اور لمبے ہو جاتے ہیں۔
رات کے آملے پانی میں بھگو دیں صبح اس پانی سے سر دھوئیں۔ بال لمبے ہوتے ہیں سیاہی بڑھتی ہے سکری دور ہوتی ہے اور سر کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ بعض عورتیں گرم پانی سے سر دھوتی ہیں سر پر گرم پانی دماغ کے لئے مضر ہے اس لئے نیم گرم پانی کا استعمال کرنا چاہیئے۔
دوسری صورت میں بال ٹوٹ جانے کا خطرہ ہوتا ہے کنگھی کرنے سے کچھ میل یا گرد بالوں کے اوپر آجاتی ہے اسے برش کے استعمال کے سلسلے میں رہنے دینا چاہیئے برش اور کنگھی کے استعمال کے بعد چند منٹوں کے لئے گرم پانی میں تھوڑا سا سہاگہ اور پھٹکری ملا کر دھونا چاہیئے تاکہ میل سے صاف اور ستھرے ہو جائیں۔

حکیم علی ضیاء

حمل

حیض عورت کے بالغ ہونے کی سب سے بڑی علامت حیض ہے۔ اس کے شروع ہونے کی کوئی خاص عمر مقرر نہیں کی جا سکتی مختلف ممالک کی عورتوں کو نو سال سے لیکر ۱۸ سال کی عمر تک شروع ہوتا ہے اس فرق کے ساتھ کو گرم ملکوں میں جلد اور سرد مقامات میں دیر میں علاوہ ازیں امیر غریب تندرست اور کمزور عورتوں کو ان کی صحت اور قویٰ کے لحاظ سے جلد یا دیر میں آیا کرتا ہے۔
عمروں کی طرح دنوں میں بھی تھوڑا سا اختلاف ہے یعنی بعض کو قمری مہینہ کی ستائیس کو شروع ہوتا ہے اور بعض کو انتیس تاریخ سے علیٰ ہذا القیاس جاری رہنے کی معیار بھی ایک نہیں تین دن سے لیکر سات دن تک بالغ عورتوں کے رحم کی لعاب دار جھلی سے یہ رطوبت ہلکی سرخ یا سیاہی مائل سرخ رنگ کی خارج ہوتی ہے۔ حیض کی مقدار بھی یکساں نہیں کسی کو دس تولہ آتا ہے کسی کو پچیس تولہ بعض کنواری لڑکیوں کو ایک مرتبہ حیض آ کر چند ماہ کے لئے بند ہو جاتا ہے یا کسی سبب سے باقاعدہ ہر ماہ نہیں آتا اگر ان کی شادی ہو جائے تو وہ بغیر علاج معالجہ کے درست ہو جاتی ہیں سب سے پہلے آپ کو اپنی صحت کا خیال رکھنا چاہیئے ایسا نہ ہو کہ دھڑا دھڑ پیدا ہوتے جائیں اور جلد ہی بڑھاپے کی طرف سفر کرنا شروع کر دیں۔ یا آپ کی زندگی کم ہو اور اولاد بڑھتی جائے اگر آپ اولاد زیادہ نہ چاہتے ہوں تو ہماری کتاب گرہستی برتھ کنٹرول دو روپے آٹھ آنے کا منی آرڈر بھیج کر منگوا کر پڑھیں۔ منگوانے کا پتہ۔ حمید بک ڈپو نولکھا بازار لاہور۔

حکیم علی ضیاء

حیض سے پہلے اور حیض کے بعد

ایام یعنی حیض شروع ہونے سے پہلے عورت کو کچھ گرانی سستی اور کسی قدر بھاری پن سا محسوس ہونے لگتا ہے۔ بعض عورتوں کو درد سر اور خفیف حرارت بھی ہو جایا کرتی ہے بعض عورتوں کو ایام شروع ہونے سے پہلے سخت درد محسوس ہوتا ہے اور جب تک خون کھل کر نہ آئے۔ وہ سخت تکلیف میں رہتی ہیں اس کا باقاعدہ علاج کرانے سے آرام ہو سکتا ہے کمزور عورتوں کی صورت حیض سے اتر جاتی ہے اور جی متلاتا زیر زیر ناف یا کمر میں بیٹھے بیٹھے درد وغیرہ کی شکایتیں بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔

جب عورت حیض سے فارغ ہو جائے اور کسی طرح کی کوئی کمزوری نہ رہے تو چہرہ بشاش اور طبیعت صاف ہو جاتی ہے عورت کا جی مرد سے ہم کنار ہونے کو چاہتا ہے وہ مختلف طریقوں سے شوہر کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے عورت کبھی اپنے منہ سے نہیں کہتی مگر وہ اس قسم کی محبت بھری باتیں کرتی ہے۔ کہ اس کا مقصد عقلمند خاوند پر بخوبی ظاہر ہو سکتا ہے۔ اس حالت میں عورت کے پاس جانا چاہیئے حمل کے قیام کی امیدیں ہوتی ہیں کیونکہ ان دنوں حمل ٹھہرنے کی صلاحیت ہوتی ہے پکا ہوا حیض کا قطرہ رحم میں مرد کے قطرے کا منتظر ہوتا ہے سولہویں دن کے بعد یہ کمزور پڑ جاتا ہے۔ اس لئے عموماً اس کے بعد قیام حمل نہیں ہوتا حیض شروع ہونے سے سولہویں دن تک جماع سے عموماً حمل ٹھہر جاتا ہے

جن عورتوں کو وقت مقررہ پر بغیر کسی تکلیف کے کچھ پھیکے سے رنگ کا سرخی مائل صاف حیض آئے اور وہ خون کسی کپڑے پر لگا کر دھونے سے صاف ہو جائے ذرا دھبہ نہ رہے تو سمجھنا چاہیئے کہ صحت ٹھیک ہے ورنہ خراب باقاعدہ علاج سے آرام ہو سکتا ہے عام طور پر ہندوستان میں ۵۵ سال کی عمر تک عورتوں کو حیض آتا ہے اس کے بعد بند ہو جاتا ہے اور اولاد ہونے کی کوئی امید نہیں رہتی اسلئے کہ حیض کے خون سے بچہ کا جسم بنتا ہے جب نہ خوراک رہے اور نہ ہی پرورش کا سامان تو بچہ کس طرح پیدا ہوتا؟

ایام حیض میں کون سی احتیاطیں برتنی چاہیئں

اول تو آجکل کچھ ایسی ضرورت نہیں ہے کہ لڑکیوں کو اس قسم کی باتیں سمجھائی جائیں تاہم فی زمانہ شاذونادر لڑکیاں بھولی بھالی بھی پائی جاتی ہیں ایسی لڑکیوں کو کسی ذریعہ سے آگاہ کر دینا چاہیئے کہ جب لڑکی جوان ہو جائے تو ہر مہینے اس کے اندام نہانی سے سرخ رنگ کا مادہ نکلا کرتا ہے اس سے خوفزدہ ہونے یا گھبرانے کی ضرورت نہیں ہر ماں کا یہ فرض ہے کہ وہ اپنی لڑکی کو بتائے کہ حیض کے دنوں میں برف کا پانی پینا بارش میں بھیگنا ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا ترش چیزیں کھانا اچھلنا کودنا جلدی جلدی سیڑھیاں اترنا چڑھنا سرمہ کاجل لگانا سر میں تیل ڈالنا خوشبوئیں لگانا اور بناؤ سنگار صحت منع ہے۔

آجکل ۹۹ فیصدی عورتیں تعلیم کی کمی اور جہالت کی وجہ سے حیض شروع ہوتے ہیں نہاتی اور کپڑے دھوتی ہیں انکا عقیدہ ہے کہ حیض کے بعد فوراً ہی نہا لینے سے عورت پاک صاف ہو جاتی ہے یہ سخت جہالت ہے اس میں زیادہ تر ہندو عورتیں مبتلا ہیں مسلمان عورتیں حیض کے دنوں میں پانی کے نزدیک تک نہیں جاتیں حیض کے دنوں میں نہانا طبی نقطۂ خیال سے سخت ممنوع ہے۔

اور ٹھنڈے پانی کا استعمال تو زہر کے پیالے کے برابر ہے۔

عورت کے اندام نہانی سے سفید رنگ کی رطوبت بہنا لیکوریا کہلاتا ہے یہ بہت موذی مرض ہے جس طرح لکڑی کو گھن لگ جاتا ہے اس میں کچھ نہیں رہتا اسی طرح عورت اس مرض میں مبتلا ہو کر کمزور اور زرد اور کمر ٹیڑھی ہو جاتی ہے آج کل اکثر عورتیں اس مرض میں مبتلا ہیں۔

حیض کے دنوں میں نہا لینے سے یہ مرض ہو جاتا ہے۔ ان دنوں نہانا سخت خطرناک ہے اور طبی نقطۂ خیال سے ممنوع ان ایام میں نہانیوالی عورتیں یقیناً لیکوریا سفید پانی جریان الرحم اور کمزوری حیض میں مبتلا ہو جاتی ہیں اس کے علاوہ ناموافق غذا بدہضمی رنج فکر غم زیادہ جماع زیادہ کھٹائی وغیرہ کے استعمال سے بھی یہ بیماری پیدا ہو جاتی ہے اور عورتوں کے اندام نہانی سے ہمیشہ سفید لیسدار پانی بہتا رہتا ہے جب تک یہ بند ہوا ولاد نہیں ہو سکتی اس مرض کے علاج کی طرف متوجہ ہونا چاہیئے۔ شروع میں باسانی علاج ہو سکتا ہے ورنہ مرض بڑھ جانے پر اکثر دق ہو جاتی ہے ایام حیض میں ثقیل گرم اور ترش چیزیں منع ہیں نرم اور زود ہضم غذا کھانی چاہیئے۔

سنسکرت کتب میں لکھا ہے کہ ایام حیض میں عورت کو غسل نہیں کرنا چاہیئے نہ آنکھوں میں کاجل لگانا چاہیئے بالوں میں کنگھی اور ہار سنگار منع ہے۔ ناخن کاٹنا بھی مناسب نہیں ایام حیض کے پہلے تین دن میں عورت کو آرام کرنا چاہیئے مرد عورت کو ایک دوسرے سے جدا رہنا چاہیئے۔ حیض کے دنوں میں کاجل لگانے سے بچہ جذامی پیدا ہوتا ہے ناخن کترنے سے بچہ کے ناخن خراب ہو جاتے ہیں۔ زیادہ ہنسنے سے بچہ کے دانت سیاہ ہو جاتے ہیں۔

حیض میں عورت کے پاس جانا طبی نقطۂ خیال سے سخت ممنوع ہے اس سے مرد کو زہریلے امراض کا اندیشہ ہے۔ اس کے علاوہ اگر حمل قرار پا جائے تو اولاد نہایت کمزور جلد مرنے والی اور بدشکل ہوتی ہے۔ اس کا سبب یہ ہے کہ ان دنوں عورت کے جسم سے ناقص خون کا اخراج ہوتا ہے اور حمل کی صورت میں وہ ناقص خون بچہ کی پرورش میں خرچ ہوتا ہے۔ لہذا اس ناقص خون سے ناقص اولاد پیدا ہوتی ہے۔

لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے کے طریقے

ایام حیض کے پہلے چار دنوں کو چھوڑ لینی پانچویں ساتویں، نویں اور پندرھویں وغیرہ میں جبکہ اتفاقاً اتوار منگل وبیر وار سینچر وار میں سے کوئی دن ہو بشرطیکہ حیض سے باقاعدہ فارغ ہو کر عورت کے رحم کا منہ کھلا ہو تو لڑکی کا حمل ٹھہرتا ہے برخلاف اس کے جفت تاریخوں میں جیسے چھٹی، آٹھویں، دسویں، بارھویں چودھویں اور سولہویں ہو نیز دن کے لحاظ سے سوموار بدھ شکر وار اتوار وغیرہ میں سے کسی دن حمل ہو تو لڑکے کا نطفہ قرار پاتا ہے۔ اسی طرح عروج میں جبکہ چاند بڑھتا ہے رگویا۔ پہلی تاریخ سے پندرہ تاریخ تک عموماً لڑکا اور اس کے بعد زوال ماہ میں لڑکی پیدا ہوتی ہے عورت کے قریب جانے وقت اگر ان تاریخوں اور دنوں کا لحاظ رکھا جائے تو ہر شخص اپنی مرضی کے مطابق لڑکا یا لڑکی پیدا کر سکتا ہے۔

اگر دن اور تاریخ موافق نہ ہو تو دن کو مقدم خیال کریں۔

ویدوں نے لکھا ہے کہ اگر حاملہ کو حمل کے ابتدائی تین ماہ تک سورج گہن یعنی

حکیم علی ضیاء

صحت تباہ ہو جاتی ہے۔ ہمیشہ خوش رہو ہنس مکھ آدمی ایک کھلے ہوئے پھول کی مانند ہے جسے دیکھ کر سب خوش ہوتے ہیں۔

جسم کی صفائی

صبح سویرے اٹھ کر ہوا خوری کے لئے جانا چاہیئے۔ صبح کی سیر بہت فائدہ مند ہے روزانہ نہانا اور دانن بہت ضروری چیز ہے۔

نہانے سے جسم کے زہریلے مادے جو پسینہ کے ذریعے نکلتے ہیں دور ہو جاتے ہیں اور داتن سے منہ کی میل دور ہو جاتی ہے اگر دانتوں کی باقاعدہ صفائی نہ کی جائے تو منہ میں بدبو پیدا ہونے کے علاوہ کھانے کے ذریعے مسوڑوں میں پھنس جاتے ہیں جو گل سڑ کر مسوڑوں میں پیدا کر دیتے ہیں۔ یہ بہت تکلیف دہ مرض ہے اسے پائیوریا کہتے ہیں اس سے محفوظ رہنے کے لیے داتن کا باقاعدہ استعمال ضروری ہے

حکیم علی ضیاء

مرد عورت دونوں کے لئے ضروری ہے کہ آپ اعضائے مخصوص کو صابن کے ساتھ روزانہ صاف کریں جو لوگ اپنے مخصوص اعضا کی صفائی کا خیال نہیں رکھتے اور ان کو غلیظ سمجھتے ہوئے ہاتھ تک لگانا پسند نہیں کرتے سخت غلطی کرتے ہیں، ہاں یہ ضروری ہے کہ صفائی کے بعد اپنے ہاتھ خاص طور پہ صاف کریں۔

پستانوں کی حفاظت

خوبصورت سینہ اور چھاتیاں عورت کی خوبصورتی کی جان ہیں۔

بعض طبیبوں نے لکھا ہے کہ مادہ تادیہ کی حرارت کی زیادتی یا کمی ہو تو لڑکی کا بعض کا خیال ہے کہ اگر رحم کے دائیں طرف منی کا قرار ہو تو لڑکا ہو گا۔

اور اگر بائیں طرف استقرار ہو تو لڑکی ہو گی بعض کے نزدیک عورت ایک مہینہ لڑکے اور دوسرا مہینہ لڑکی کا بیضہ دیتی ہے اگر یہ معلوم ہو جائے تو مہینہ لڑکی کا ہے تو انسان اپنی مرضی کے مطابق اولاد پیدا کر سکتا ہے شیخ بو علی سینا نے لکھا ہے کہ نرینہ اولاد کے اسباب ہیں سے مرد کی منی اس کی طاقت حرارت اور گاڑھا ہونا بھی ہے آرام طلب اور خوش حال ماؤں میں لڑکے پیدا کرنے کی قابلیت دن بدن کم ہوتی جاتی ہے اگر ان کے ہاں ایسے لڑکے پیدا ہوتے بھی ہیں تو وہ کمزور اور کاہل اور آرام طلب عورتیں جو اپنے ہاتھ سے کوئی کام نہیں کرتیں پہلے درجہ میں ان کے ہاں ایسے لڑکے پیدا ہوتے ہیں جو کمزور اور دائم المریض ہوتے ہیں اور اکثر تھوڑی عمر زیادہ رہتے ہیں دوسرے درجے میں مرے ہوئے لڑکے پیدا ہوتے ہیں اور تیسرے درجے میں پہنچ کر ان میں لڑکے کا حمل قرار پانے کی قابلیت ہی نہیں رہتی اور آئندہ صرف لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں۔ طاقتور اور تندرست عورتوں کے لڑکے پیدا ہوتے ہیں، چنانچہ زراعت پیشہ عورتوں کے لڑکے زیادہ ہوتے ہیں، نازک اور کمزور عورتوں کے لڑکیاں ہوتی ہیں، چنانچہ شہروں میں نازک اندام عورتوں کے لڑکے کی نسبت لڑکیاں زیادہ پیدا ہوتی رہتی ہیں۔

جو عورتوں کے ایک بچہ کی پیدائش کے بعد بہت جلد حاملہ ہو جاتی ہیں، اس کے ہاں متواتر لڑکیاں ہونے لگتی ہیں جو عورتیں جلد حاملہ ہوتی ہیں اور بچوں کو سال بھر تک دودھ پلانے کے باوجود کمزوری محسوس نہیں کرتی وہ اگر بچوں کو دودھ چھڑانے کے بعد

فوراً حاملہ ہو جاتی تو اکثر لڑکے پیدا ہوتے ہیں وہ عورتیں جو بچوں کی وجہ سے زیادہ کمزور ہو جاتی ہیں اور بچہ کا دودھ چھڑاتے ہی فوراً حاملہ ہو جاتی ہیں عموماً لڑکیاں جنتی ہیں۔ اگر لڑکا پیدا ہو تو بہت کمزور ہوگا اور تھوڑی سی عمر پائے گا۔

صحبت کے بعد عورت کو دائیں جانب سونا چاہیئے اس طرح سونے سے رحم کے دائیں جانب کی نالی میں حمل ٹھہرنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے اس جانب حمل قرار پانے سے زیادہ لڑکے ہی پیدا ہوتے ہیں طب کی رو سے اس میں سے زیادہ ہے کہ اسطرف تولیدی حرارت زیادہ ہوتی ہے جس سے لڑکے پیدا ہوتے ہیں جو عورتیں لڑکیاں چاہتی ہیں وہ صحبت کے بعد بائیں جانب لیٹیں اور لڑکی کی تصور کریں ایک بات اور ہے کہ جب چاند عروج میں ہو تو عموماً لڑکے کا حمل قرار پاتا ہے اور جب چاند زوال میں ہو تو لڑکی کا حمل ٹھہرتا ہے اطبا قدیم اس پر متفق ہیں کہ مرد کا نطفہ اگر دائیں جانب قیام کرے تو لڑکا پیدا ہوتا ہے اور اگر بائیں جانب ہو تو لڑکی آجکل ہم اخباروں میں پڑھتے ہیں کہ فلاں جگہ لڑکی سے لڑکا اور لڑکے سے لڑکی بن گئی مگر ان غلط افواہوں کی سائنس تائید نہیں کرتی انسانی بچہ میں یہ تبدیلی صرف اسوقت ہو سکتی ہے جب تک کہ اسکے پورے اعضا بھی نہ بنے ہوں کئی دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے رحم میں لڑکی ہے جو سات ہفتہ تک رحم میں لڑکی ہی رہی لیکن یکایک اعضائے تناسل میں حرارت بڑھ جانے سے وہ باہر نکل آتی اور بچہ لڑکی کی بجائے لڑکا ہوتا ہے۔ لیکن ایسے لڑکے میں بعض زنانہ ہیں پائی جاتی ہیں مثلاً زنانہ تانہ نخرے نازک مزاجی آواز کی [illegible] کی وغیرہ اسی طرح بعض اوقات رحم میں لڑکا ہوتا ہے اور اس کے اعضائے تناسل حرارات کی کمی کی گرمی کی زیادتی کی وجہ سے [illegible]

اندر کی طرف ہو جاتے ہیں۔ اور بچہ لڑکے کی بجائے لڑکی بن جاتا ہے۔ ایسی لڑکی میں چال ڈھال اور انداز اور ادا میں مردانہ صفات پائی جاتی ہیں۔

سائنس کا اصول ہے کہ جب حمل میں سورج گہن یعنی حرارت زیادہ ہو تو مذکر بچہ پیدا ہوتا ہے اور چندر گہن یعنی حرارت کی کمی ہو تو لڑکی پیدا ہوتی ہے رحم میں تین ماہ کے بعد بچہ کے اعضاء الگ الگ بننا شروع ہوتے ہیں اس سے پہلے بچہ گوشت کا لوتھڑا سا ہوتا ہے اس میں لڑکے یا لڑکی کے جدا جدا اعضاء ابھی بننے شروع نہیں ہوتے۔ حمل کے ساڑھے تین ماہ بعد لڑکی یا لڑکے میں تمیز ہو سکتی ہے۔ وید دن میں لکھا ہے کہ تین ماہ سے پہلے اگر ویدوں میں سورج گہن بڑھایا جا سکے تو مذکر بچہ پیدا ہوتا ہے چنانچہ اتھروید میں ایسے نسخے کا ذکر بھی ہے۔

اس سلسلہ میں انگریزی سائنس یہ کہتی ہے کہ تین ماہ بعد بچے میں الگ اعضا بننے شروع ہوتے ہیں ابتدا میں مذکر یا مونث کے اعضاء تناسل ایک ہی طرح بنتے ہیں اور مذکر یا مونث میں کوئی تمیز نہیں ہو سکتی جرمنی کے مشہور سائنس دان ڈاکٹر نرٹ برگ نے سالہا سال کے تجربوں کے بعد اعلان کیا کہ اگر حمل قرار پانے سے پہلے عورت میں اعضاء تناسل میں بائیکاربونیٹ آف سوڈا سوڈائی کارب کی مدد سے نمکین کیفیت پیدا کر دی جائے تو لڑکی پیدا ہوگی۔

جرمنی کا ایک مشہور عالم سائنسدان نے ابتدا میں خرگوش پر تجربہ کیا تھا اس کے بعد ڈاکٹر صاحب نے ۱۷ عورتوں پر تجربہ کیا ان میں سے ایک کے سوا تمام کے تمام تجربات کامیاب ہو گئے یعنی عورتوں کے ہاں اولاد نرینہ ہوئی ایک کی ناکامی کا سبب بھی وہ خود بھی یہ بتاتے ہیں

حکیم علی ضیاء

کہ عورت نے ہدایات پر پورے طور پر عمل نہیں کیا ۱۹۳۲ء میں جب پہلی دفعہ ڈاکٹر انٹربرگ نے اپنے نظریہ کا اعلان کیا تو اس بات کو صحیح تسلیم نہیں کیا گیا تھا لیکن اب دوسرے ممالک کے سائنس دانوں نے بھی اس کی جانچ کرنے کے بعد تصدیق کی ہے چنانچہ قیصر ولیم انسٹی ٹیوٹ برلن نے حال ہی میں ڈاکٹر انٹربرگ کے نظریہ کی بہت تعریف کی ہے اور اب لندن کے دوسرے ڈاکٹر بھی ڈاکٹر مذکور کی تعریف کر رہے ہیں

حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی

لڑکے کا حمل رحم کی داہنی جانب اور گول ہوتا ہے اور چہرے پر رونق زیادہ ہوتی ہے اور طبیعت خوش و خرم رہتی ہے بھوک خوب لگتی ہے داہنے پستان میں پہلے دودھ آتا ہے دودھ میں سفیدی زیادہ ہوتی ہے اور پستان کے سرے پر زیادہ سرخی ہوتی ہے عموماً خواب میں یہ چیزیں نظر آتی ہیں اور حاملہ کی خواہش مذکر نام کی چیزوں سے ہوتی ہے جیسے آم کیلا امرود سیب آڑو وغیرہ حاملہ کا اٹھنا بیٹھنا اور کھانا پینا سب کام دائیں اعضاء سے سر انجام پاتے ہیں مثلاً چلنے میں پہلے دایاں پاؤں سوتے میں پہلے داہنی کروٹ حاملہ کے دودھ کے قطرے اگر پانی میں ڈالے جائیں تو نیچے بیٹھ جاتے ہیں دودھ اگر کسی کپڑے پر ڈالیں اگر چھن جائے تو لڑکی ورنہ لڑکا لڑکی حاملہ عورت کی رگیں سرخ ہوں تو لڑکے کا حمل ہوتا ہے اور اگر سبز ہو تو لڑکی کا۔

حمل میں لڑکے کی جو علامات بیان کی گئی ہیں ان کے برعکس ہوں تو لڑکی کا حمل ہوگا۔

لڑکی کا حمل رحم کے بائیں جانب ہوتا ہے۔ اور اپنے کام

میں بائیں اعضاء سے کام کرتی ہے بائیں پستان میں پہلے دودھ آتا ہے اور وہ بڑا دکھائی دیتا ہے پستان کے سرے پر سیاہی مائل حلقہ دکھائی دیتا ہے حاملہ کا دودھ پانی میں تیرتا ہے ڈوبتا نہیں عورت میں مونث چیزیں دیکھتی ہیں اور مونث چیزوں کی خواہشمند ہوتی ہے لڑکی کے حمل میں بھوک کم رنگ پھیکا چہرہ بے رونق اور طبیعت خراب رہتی ہے۔

حکیم علی ضیاء

حمل ٹھہرنے کے طریقے

اطباء میں اس بات پر متفق ہیں کہ مرد کی منی عورت کے انڈے میں مل کر حمل قائم کرتی ہے خون حیض سے بچے کا جسم بنتا ہے حمل قرار پاتے کے بعد حیض آنا بند ہو جاتا ہے چونکہ یہی خون بچہ کا جسم بننے میں صرف ہوتا ہے ماں باپ کی اس منی سے بچے کی پیدائش ثابت ہوتی ہے حیض سے فارغ ہونے کے بعد عورت کا رحم نطفہ کے انتظار میں کھلا رہتا ہے اور زنانہ انڈا مرد کے نطفے کا منتظر ہوتا ہے اسوقت اگر مرد سے ملاقات ہو کر دونوں کا باقاعدہ انزال ہو تو مرد کے نطفے کا کیڑا عورت کی منی کے انڈے میں جا پہنچتا ہے اور ضروری نہیں کہ انزال رحم کے منہ پر ہو بعض وقت مرد کا نطفہ ویسے بھی فطرتاً رحم کی جانب رجوع ہونے کی وجہ سے زنانہ انڈے سے مل سکتا ہے۔

مباشرت کے وقت بعض اوقات شہوت کے جوش میں عورت کی بچہ دانی کا منہ کھل جاتا ہے اور کامنہ عورت کی بچہ دانی کے سامنے پہنچ جاتا ہے اور انزال کے وقت منی بچہ دانی میں فوراً داخل ہو جاتی ہے۔ اور اس طرح حمل ٹھہر جاتا ہے جس طرح مرد کے ایک ہی کیڑے کے زنانہ انڈے میں جگہ پکڑ جانے سے حمل ٹھہر جاتا ہے اسی طرح اگر

دو تین کیڑے زنانہ انڈے میں جا ملیں تو بیک وقت ایک سے زائد بچے پیدا ہو سکتے ہیں جیسا کہ بعض اوقات دیکھنے میں آتا ہے

خون حیض ظاہر ہونے کے دن سے سولہویں رات تک عورت کے رحم میں نطفہ قبول کرنے کی صلاحیت رہتی ہے اطباء ہملہ کے نزدیک خون حیض کے شمار سے گیارہویں اور تیرہویں رات صحبت کرنی چاہئے صحبت سے پہلے عورت سے کہیں کہ وہ پیشاب اور پاخانہ سے فارغ ہو لے عورت کو آرام سے لٹائیں اگر مرد کا عضو عورت کی جسامت یا موٹاپے کے لحاظ سے چھوٹا ہو تو اس کمر کے نیچے ایک تکیہ رکھ دیں تاکہ رحم کا منہ سامنے آ جائے مفصل مضمون لفافہ میں درج ہے جو اس کتاب کے ساتھ جیسا ہے پوری رغبت سے ابتدا کریں مگر اپنا خیال کسی اور طرف رکھیں تاکہ جلد انزال نہ ہو عورت کے ساتھ منزل ہونے سے حمل کے امکانات قوی ہیں انزال کے وقت عورت کو دو چار سانس اوپر کھینچنے چاہئیں تاکہ مرد کی منی کے کیڑوں کو رحم کی طرف جانے میں آسانی ہو عورت کو بدستور لیٹے رہنے دیں پندرہ بیس منٹ تک وہ سیدھی پڑی رہے مرد کو فوراً ہی عورت سے جدا نہیں ہونا چاہئے بلکہ دو چار منٹ لیٹے ہی لیٹے رہنا عمل ہے فراغت کے بعد عورت کو پیشاب نہیں کرنا چاہئے ایک تندرست جوڑے کو اس طریقے سے ملنے کے بعد قیام حمل کے لئے دوبارہ صحبت کی ضرورت نہیں پڑتی

حکیم علی ضیاء

علامات حمل

حمل قرار پانے کے بعد عورت کے اجزاء اور قوی مضمحل ہو جاتے ہیں آنکھوں میں نور اور چہرے پر بشاشت نہیں رہتی سارے بدن کی رگیں بھڑکتی ہیں بھوک کم ہو جاتی ہے منہ کا مزہ خراب ہو جاتا ہے۔ بار بار اس قدر تھوک آتا ہے کہ عورت تھوکتے تھوکتے دق ہو جاتی ہے جی متلاتا ہے اکثر قے بھی آتی ہیں۔ چھاتیوں کے سروں کا رنگ بدل جاتا ہے دبانے سے درد ہوتا ہے ملنے سے بعض اوقات سفید سفید رطوبت نکلتی ہے بھٹنیوں کے گرد حلقوں کی رنگت گہری ہو جاتی ہے۔ چھاتیاں لٹک جاتی ہیں اور اگر حمل قرار پائے تین چار ماہ گزر گئے ہوں تو چھاتیاں دبانے سے دودھ نکلتا ہے اس کے علاوہ حمل ہونے کی چند علامتیں ذیل میں درج کی جاتی ہیں۔

اول حیض بند ہو جاتا ہے اور یہ خون بچہ کی پرورش پر صرف ہوتا ہے چونکہ ایک تندرست عورت کو حمل کے بعد حیض بند ہو جاتا ہے اسلئے جب عورت کو حیض نہ آئے تو سمجھ لو کہ عورت حاملہ ہے مگر بندش حیض قطعی علامت نہیں بعض کو بیماری کی وجہ سے بھی حیض ملتوی ہو جاتا ہے۔

دوم حمل کی حالت میں پیٹ بڑھنا شروع ہو جاتا ہے پیٹ پر لکیریں سی پڑنے لگتی ہیں بعض عورتوں کا پیٹ تیسرے مہینے بڑھتا ہے اور بعض کا چوتھے یا پانچویں ماہ سوئم حاملہ کی بھوک کم ہو جاتی ہے طبیعت میں سستی اور کاہلی پیدا ہوتی ہے اور چہرے کا رنگ پھیکا پڑ جاتا ہے۔ چہارم بعض عورتیں حمل کے دنوں میں مٹی یا کوئلہ کھانا شروع کر دیتی ہیں اور بعض کو تیز اور کھٹائی والی چیزیں مرغوب ہوتی ہیں۔

رحم میں بچہ کی پرورش

حمل ہونے کے ایک ہفتہ کے بعد ماں کے پیٹ میں رائی کے دانہ کی

مانند ہوتا ہے دوسرے ہفتہ میں بچہ کی لمبائی ایک انچ کا چودھواں حصہ ہوتی ہے یعنی ایک نقطہ سا ہوتا ہے چوتھے ہفتہ بچہ کا وزن مشکل سے ڈیڑھ ماشہ ہوتا ہے اور جسامت مکھی کے برابر پانچویں ہفتہ ہاتھ پاؤں بننے شروع ہوتے ہیں چھٹے ہفتہ جسم قدرے بڑھ جاتا ہے اور وزن چار پانچ ماشہ ہوتا ہے اور ناک منہ کان آنکھ کے معمولی نشان دکھائی دینے لگتے ہیں ساتویں ہفتہ بچے کا قد ۱½ انچ ہوتا ہے اور وزن مشکل سے پانچ چھ ماشہ نرم سی ہڈی بننی شروع ہوتی ہے۔ پھیپھڑے اور جگر کی جگہ ایک معمولی سا نشان ہوتا ہے پسلیاں بازو ٹانگوں کی ہڈیاں بننے لگتی ہیں آٹھویں ہفتے ماں کے رحم میں بچہ کا قد ۱½ انچ ہوتا ہے انگلیاں اور انگوٹھوں کے نشانات دکھائی دیتے ہیں تیسرے ماہ بال اور ناخن پیدا ہوتے ہیں ہونٹ ایک دوسرے کے ساتھ چسپاں رہتے ہیں لمبائی اڑھائی تین انچ ہوتی ہے اور وزن ۲ تولے سے ۳ تولے تک ہوتا ہے اس ماہ بچہ کے جدا جدا اعضاء تناسلی بننے لگتے ہیں قد پانچ چھ انچ اور وزن دو چھٹانک کے قریب ہوتا ہے پھیپھڑے کچھ بڑھ جاتے ہیں چھٹے ماہ آٹھ انچ تک لمبائی اور وزن نصف سیر کے قریب ہو جاتا ہے ساتویں ماہ بچے کے اعضاء مکمل بن جاتے ہیں لمبائی ۱۲-۱۴ انچ اور وزن ۱½ دو سیر تک ہو جاتا ہے بعض دفعہ ساتویں مہینے بچے کی پیدائش ہو جاتی ہے اس مہینہ میں پیدا ہونے والے بچے بہت کمزور اور نازک ہوتے ہیں اگر پوری احتیاط اور صحیح پرورش کی جائے تو صحت درست ہو سکتی ہے آٹھویں مہینے کا بچہ بہت کم زندہ رہتا ہے آٹھویں اور نویں مہینے کا بچہ قد اور جسامت میں بڑھتا ہے قد بارہ انچ سے اٹھارہ انچ تک اور وزن ۲½ سیر سے ۴ سیر تک ہو جاتا ہے۔ لیکن کمزور والدین کے بچے ..... ڈیڑھ دو سیر وزن کے پیدا

ہوتے ہیں۔ نویں مہینہ بچہ ہر لحاظ سے مکمل ہو کر پیدائش کے قابل ہو جاتا ہے اور عموماً اس مہینہ کے خاتمہ تک بچہ پیدا ہو جاتا ہے بچہ پیدا ہونے کے وقت حاملہ میں ذیل کی علامتیں ظاہر ہوتی ہیں جسم بہت بھاری معلوم ہوتا ہے رحم نیچے جھک جاتا ہے اور جسم کا نچلا حصہ بھاری ہو جاتا ہے کمر پسلی اور مثانے میں درد محسوس ہوتا ہے اندام نہانی سے پانی نکلنا شروع ہو جاتا ہے بعض حاملہ عورتوں کو قے اور پسینہ بھی آتا ہے بعض عورتیں کانپنے لگتی ہیں۔

حکیم علی ضیاء

اسقاط حمل

کمزوری، صدمہ، خوف ضرب اونچا نیچا پیر پڑنا حالت حمل میں جماع اور دیگر اسباب ہیں جن سے قبل از وقت بچہ رحم سے باہر آ جاتا ہے اسطرح بچہ کا ضائع ہونا ایک ایسا نقصان ہے جسے سب ہی سمجھ سکتے ہیں علاوہ اس کے عورت کو صرف تکلیف نہیں ہوتی بلکہ بعض اوقات جان لے بیٹھ جاتے ہیں مگر جان بچ بھی جائے تو بعض اوقات رحم میں اس قسم کی خرابی پیدا ہو جاتی ہے کہ پھر اولاد پیدا ہی نہیں ہو سکتی یا پیدا ہونے کے بعد زندہ نہیں رہ سکتی ایام حمل میں جماع سے پرہیز کرنا چاہیئے حاملہ رنج وغم اور فکر وغیرہ اپنے پاس نہ آنے دے بعض اوقات گرم خشک ادویہ پسینہ آور [illegible] اور جلاب وغیرہ سے بھی حمل گر جاتا ہے اس لئے حاملہ کی بیماریوں کا علاج نہایت احتیاط سے کرنا چاہیئے حکیم یا ڈاکٹر کو پہلے ہی یہ بات بتا دیں کہ مریضہ کو حمل ہے۔

حکیم علی ضیاء

بچہ رحم کے اندر سوکھ جانا

نشات کے استعمال زیادہ جاگنے صدمہ فکر اور رنج والم کے اثر یا گرمی و خشکی جانے کے باعث بعض دفعہ رحم میں بچہ سوکھ جاتا ہے اس سے بھی عورت کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے مردہ بچہ نکالنے کی جلد تدبیر کرانی چاہیئے ورنہ کسی صورت میں بھی عورت کی زندگی نہیں بچ سکتی۔

سنسکرت کتب میں لکھا ہے کہ کثرت مختلف گرم خشک اور تیز اشیائ کے استعمال اور کم غذا کھانے پینے کے بھی بچہ سوکھ جاتا ہے اور اکثر مر جاتا ہے یا قبل از وقت پیدا ہو جاتا ہے۔

حاملہ کو کون کونسی احتیاطیں کرنی چاہیئے

حمل کی حالت میں مباشرت منع ہے اس اسقاطِ حمل کا اندیشہ ہوتا ہے ہندوستان میں ہر سال اسقاطِ حمل سے بہت سی جانیں ضائع ہوتی ہیں جسکی وجہ عام طور پر حمل کی حالت میں جماع ہے غم و فکر اور غصہ پاس تک نہ آنے دیں خوش و خرم رہیں حمل میں عورت کے جذبات اور خیالات پاکیزہ ہونے چاہئیں بچہ ماں کے پیٹ میں ماں کے خیالات کا اثر قبول کرتا ہے شوہر کو اس زمانہ میں ہر قسم کی احتیاطیں رکھنی چاہیئے حاملہ بیوی کیساتھ خندہ پیشانی اور نرمی سے پیش آئے ہمیشہ اس کی دلجوئی کرے اور مباشرت سے کامل پرہیز کرے انسان اشرف المخلوقات کہلاتا ہے مگر اس معاملہ میں حیوان سے بھی بدتر ہے ہمیں چارپاؤں سے سبق سیکھنا چاہیئے تو مادہ کے حاملہ ہونیکے بعد اسکے قریب نہیں جاتا ہم لکھ چکے ہیں کہ بچہ رحم کے اندر ماں کے خیالات کا اثر قبول کرتا ہے اس لئے یاد رکھنا چاہیے جو لوگ حمل کے دنوں میں صحبت کرتے ہیں وہ دنیا میں آنے والے بچے کو آوارہ مزاج بننے کی تعلیم دیتے ہیں آجکل کمسن لڑکیوں اور لڑکوں میں گندے خیالات زیادہ تر اسی وجہ سے پھیلے ہوئے ہیں کہ انکے والدین نے حمل کے دنوں میں احتیاط سے کام نہیں لیا سست رہنا زیادہ محنت کرنا اور خوفناک غصے سننا نقصان دہ ہے اچھلنا کودنا اور چھلانگ لگانا سخت خطرناک ہے بعض عورتیں حمل کے ایام میں مٹی کوئلہ اور ترش اشیاء بکثرت کھاتی ہیں اس سے معدہ غلیظ ہوتا ہے سخت پرہیز کرنا چاہیئے حاملہ کے لئے دوڑنا کودنا بھاری بوجھ اٹھانا منع ہے کسی چیز کو پوری طاقت سے اپنی طرف نہیں کھینچنا چاہیے کوئی وزنی چیز نہیں اٹھانی چاہیئے جن کاموں میں زیادہ طاقت صرف ہو ان سے بچنا چاہیئے۔ سیڑھیاں بہت آہستہ چڑھیں اور آہستہ آہستہ اتریں جھک کر بیٹھنا نہیں چاہیئے جھک کر بیٹھنے سے رحم پر زیادہ دباؤ پڑتا ہے حاملہ کو یہ دن آرام سے بسر کرنے چاہئیں اس کا مطلب یہ نہیں کہ وہ بالکل سست اور کاہل ہو کر بیٹھ جائے بلکہ اسے گھر کے ضروری کاروبار اپنے ہاتھوں سے سرانجام دینے چاہئیں گھر کا معمولی کام کاج ایک حاملہ کیلئے بہترین ورزش ہے۔ حاملہ کے لئے صبح کی ہوا خوری اور شام کی چہل قدمی بہت مفید ہے۔

بعض نادان عورتیں حاملہ کو مشورہ دیتی ہیں کہ دو آدمیوں کے لائق خوراک کھانی چاہیئے۔ چنانچہ بعض عورتیں حمل کے دنوں میں اپنی خوراک بڑھاتی ہیں جس سے ان کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے حاملہ کو زیادہ پیٹ بھر نہیں کھانا چاہیئے بھوک رکھکر کھانا چاہیے چھنے ہوئے آٹے کی بجائے بغیر چھنا آٹا زیادہ مفید ہے حاملہ کو زود ہضم اور طاقت بخش غذا مقررہ اوقات پر اعتدال کے ساتھ کھانی چاہیئے ثقیل دیر سے ہضم ہونے والی قابض اور ترش

چیزوں سے پرہیز کرنا چاہیئے مرغن غذائیں بھی مفید نہیں ہیں دودھ چاول کھچڑی مکھن گھی اور پھل وغیرہ بہترین غذائیں ہیں پھلوں میں سنگترہ، لیموں آم، سیب، کیلا اور انگور بہترین پھل ہیں اگر چائے کی عادت ہو تو جہاں تک ہو سکے دودھ زیادہ مقدار میں استعمال کریں۔

ہلکا لباس تنگ اور چست نہیں ہونا چاہیئے بلکہ ڈھیلا ڈھالا اور آرام دہ کمر پیٹی اور آزار بند کس کر نہ باندھیں اس سے بچہ کی پرورش پر رکاوٹ پیدا ہوتی ہے سردیوں میں ایسا لباس پہنیں جو گرم ہونے کے باوجود وزنی نہ ہو یوں تو اونچی ایڑی والی جوتی یا بوٹ ہمیشہ ہی مضر ساں ہیں، مگر ایام حمل میں قطعی نہ پہنیں۔

ایام حمل میں پیشاب اور پاخانہ کا خیال رکھیں قبض تو ہمیشہ ہی نقصان دہ ہے اور ایام حمل میں قبض کا خاص طور پر خیال رکھیں اگر تھوڑا تھوڑا پیشاب بار بار آتا ہو تو بارلے واٹر یعنی ولائتی جو پانی آتش تیار کر کے پیئں اگر قبض ہو تو بادام روغن کا مسلسل استعمال بھی بہت مفید ہے قبض کبھی نہیں ہوتا اس لیئے ابتدائی ایام سے بچے کی پیدائش تک اس کا استعمال جاری رکھنا بہت فائدہ بخش ہے ایام حمل میں دانت ہرگز نہ نکلوائیں اسقاط حمل کا اندیشہ ہے۔ دانتوں میں درد ہو تو روغن لونگ کا پھایا دانتوں کے سوراخ رکھیں درد جاتا رہے گا۔

حاملہ کے امراض کا علاج نہایت توجہ اور احتیاط سے کرنا چاہیئے قبض کی شکایات پر جلاب ہرگز نہ لیا جائے بلکہ کسی معمولی قبض کشا چیز مثلاً گلقند وغیرہ کا استعمال کیا جائے جیسے جلاب سے حمل کے ضائع ہونے کا اندیشہ رہتا ہے بخار کی حالت میں زیادہ پسینہ لانے والی ادویہ سے پرہیز کرنا چاہیئے

حکیم علی ضیاء

زچہ خانہ صاف ستھرا ہو

ہندوستان میں عام طور پر زچہ کے لیئے ایک تنگ تاریک کمرہ تجویز کیا جاتا ہے جو سخت مضر صحت ثابت ہوتا ہے۔ زچہ کو ہوادار گرم اور صاف ستھرا کمرہ میں رہنا چاہیئے سردیوں کے موسم میں کوئلے باہر سلگا کر کمرے میں لائیں دائیہ ہوشیار تجربہ کار نیک چلن خوش خو اور صاف ستھری ہو اس کے ناخن تراشے اور صاف ہوں بہت ضروری ہے کیونکہ ناخنوں میں اکثر زہر ہوتا ہے دایہ کو چاہیئے کہ کاربالک صابن سے اپنے ہاتھوں کو خوب مل کر دھونا چاہیئے تاکہ کسی قسم کی غلاظت نہ رہے بچہ ہوتے ہی ضرور روتا ہے اگر روئے تو سمجھنا چاہیئے کہ کسی قسم کی خرابی ہے اس حالت میں بازوؤں کو آہستہ آہستہ حرکت دیں ناک یا کان میں پھونک مارنی چاہیئے ایسا کرنے سے بچہ رو پڑتا ہے اور سانس لینے لگتا ہے۔ اگر بچہ نہ روئے تو مر جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

نطفے میں ماں باپ کی مشابہت

نطفے میں جس سے انسان پیدا ہوتا ہے۔ اس شخص کے ساتھ مشابہت ہوتی ہے جس کا وہ نطفہ ہے۔ اعضاء شکل صورت مزاج اور خیالات بھی ویسے ہی ہوتے ہیں بلکہ بعض صفات تو اولاد کی اولاد تک پہنچتے ہیں عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ جو صفات باپ دادا میں پائی جاتی ہیں وہ بیٹوں اور پوتوں میں بھی پائی جاتی ہے مثلاً ماں کے پیر کی چھ ہیں تو بچہ کی بھی چھ انگلیاں ہوتی ہیں یا ایک ناک میں بولتا ہے تو اکثر دیکھا گیا ہے کہ اس کا بیٹا بھی ویسے

ہی کرے گا بعض ماں باپ بہرے ہوتے ہیں ہونٹ کٹا ہوا ہوتا ہے تو انکی اولاد میں بھی یہ عیوب پائے جاتے ہیں۔ ایک شخص کو سوتے وقت دائیں ٹانگ بائیں ٹانگ پہ رکھنے کی عادت تھی اس سے جو لڑکا پیدا ہوا اس میں بھی یہ عادت موجود تھی اور اس بات کو عام طور پر سب جانتے ہیں کہ گرمی سوزاک اور آتشک زدہ والدین کے ہاں جو اولاد پیدا ہوتی ہے ان کے جسم میں انکا زہر موجود ہوتا ہے ان کے علاوہ تپدق مرگی ہسٹریا اور پاگل پن وغیرہ امراض میں مبتلا ہوتے ہیں۔ والدین کے ہاں بھی جو اولاد ہوتی ہے ان میں ان امراض کا مادہ موجود ہوتا ہے۔

حکیم علی ضیاء

نشہ بازوں کی اولاد

نشہ باز آدمی کے ہاں اچھی اولاد پیدا نہیں ہو سکتی اس کی وجہ یہ ہے کہ نشئی اشیاء استعمال کرنیوالے کی منی یا تو خشک ہوتا یا پتلا پڑ جاتا ہے اور منی کے کمزور ہونے کی وجہ سے حمل قرار نہیں پا سکتا جو لوگ کثرت سے نشئی اشیاء استعمال کرتے ہیں انکے ہاں اول تو اولاد ہوتی ہی نہیں اور اگر اولاد پیدا بھی ہو جائے تو وہ کمزور اور دائم المریض ہوتی ہے اور اس کی عمر نسبتاً کم ہوتی ہے طب کی رو سے نشہ کی حالت میں اول تو حمل ٹھہرتا ہی نہیں اور اگر ٹھہر بھی جائے تو نطفے کے ناقص ہونیکے سبب سے اولاد میں کوئی نہ کوئی عیب دائمی رہتا ہے مثلاً مرگی جنون پاگل پن اور اسی قسم کی دوسری بیماری

دن کے وقت جماع کرنے والوں کی اولاد

جو لوگ دن کے وقت ہم صحبت ہوتے ہیں وہ سخت غلطی کرتے ہیں دن میں آفتاب کا عمل ہوتا ہے زیادہ طاقت مرد کی ہوتی ہے اور انسان کمزوری کا شکار ہو جاتا ہے عمر کم ہوتی ہے اور اگر دن کے وقت جماع سے نطفہ ٹھہر جائے تو اولاد بے غیرت بے شرم بد چلن اور بد شکل پیدا ہوتی ہے دن کے وقت تو جماع ممنوع ہی ہے اور جو لوگ دن کے وقت مشغول ہوتے ہیں وہ سخت غلطی کرتے ہیں رات کے وقت بھی جسم پر کپڑے کا اوڑھنا ضروری ہے بالکل برہنہ ہو کر اس فعل کا انجام دینا بے شرعی اور بے حیائی ہے اور اگر اس حالت میں حمل ٹھہر جائے تو بے حیا اور بکروہ اولاد پیدا ہوتی ہے۔ طبی خیال سے بھی یہ منع ہے جس کو ہر وقت سرد ہوا سے بچانا چاہیئے اسوقت نظام عصبی میں سخت ہیجان پیدا ہوتا ہے۔ بعض آدمیوں کو پسینہ آتا ہے جو لوگ کمزور ہوں انہیں ہوا لگنے کا یقیناً اندیشہ ہوتا ہے بعض اوقات فالج بھی ہو جاتا ہے۔

خوبصورت اور تندرست اولاد پیدا کرنیکے طریقے

شادی کا مقصد نسل انسانی میں اضافہ کرنا ہے لیکن بہت سے کمزور اور دائم المریض اور بدصورت بچوں کے مقابلہ میں وہ ایک تندرست توانا اور خوبصورت بچوں کا پیدا ہونا لاکھ درجہ بہتر ہے۔ ہمیں کوئی حق حاصل نہیں کہ کمزور بچے پیدا کریں اپاہجوں کی تعداد بڑھائیں اپنی اولاد پیدا کرنی چاہیئے جو خاندان کا نام روشن کرے اور ملک و قوم کے لئے مفید ہو۔

ہندوستان میں حمل ایک اتفاقیہ بات ہے مگر کون ہے جو اس غرض سے فعل جنسی کرتا ہو حمل میں آئندہ نسل کی بنیاد پڑتی ہے حمل کا قیام اس وقت ہونا چاہیے جب کہ مرد عورت دونوں کی صحت درست ہو اگر دونوں میں سے ایک کی بھی صحت خراب ہے تو اس کا اولاد پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ مثلاً اگر

مباشرت کے وقت نشہ لہ و نزکام ہے اور حمل ٹھہر گیا ہے تو بچہ یقیناً کمزور اور دائم المریض ہوگا اور یقیناً تپ محرقہ میں مبتلا رہے گا اگر والدین ذہین ہیں تو بچے بھی عموماً کمزور اور بیمار ہوتے ہیں اگر صحبت کے وقت والدین کے دل پہ کوئی خوف طاری ہو تو یقیناً بچہ بزدل پیدا ہوگا۔

جو لوگ تندرست اور خوبصورت اولاد چاہتے ہیں وہ اس لذت کو نہ کریں بلکہ اسے اولاد پیدا کرنے کے لئے سرانجام دیں جماع کی زیادتی سے اپنے قوٰی کو کمزور نہ کریں کمزور والدین کی اولاد بھی یقیناً کمزور اور بدصورت ہوتی ہے کسی غم اور نشے کی حالت میں حمل ٹھہرتا ہے اور اس سے جو اولاد پیدا ہوتی ہے وہ ناقص اور کمزور ہوتی ہے یہ بات بہت کم لوگوں کو معلوم ہے کہ انزال کے وقت جیسی صورت کا تصور ہو بچہ اسی صورت کا پیدا ہوتا ہے جو شکل و صورت تصور میں ہوگی بچہ کی صورت اسی کے موافق اور رنگ بھی قریب وہی ہوتا ہے۔ ایک دفعہ حکیم جالینوس سے کسی نے پوچھا کہ اسکے ہاں بدشکل اولاد پیدا ہوتی ہے علاج تجویز کیجئے انہوں نے کہا کہ مباشرت کے وقت بستر پر خوبصورت تصاویر اس طرح رکھو کہ ایک پاؤں کے پاس ہو ایک جسم کے پاس داہنی جانب اور ایک جسم کے بائیں جانب تصاویر اسطرح رکھو کہ مباشرت میں بیوی کی نظر ان سے مسلسل پڑے اس کے ہاں نہایت خوبصورت لڑکا پیدا ہوا۔

ایک انگریز مصنف نے لکھا ہے کہ عورت کے سامنے تندرست بچے کی تصویر اس طرح رکھی جائے کہ مباشرت کے وقت بخوبی دیکھ سکے جو اولاد پیدا ہوگی وہ نہ صرف تندرست اور خوبصورت ہوگی بلکہ اعضاء کے اعتبار سے اسی بچہ کے مشابہ ہوگی۔

حکیم علی ضیاء

فرانس کی ایک حسین و جمیل عورت کے کالا کلوٹا بچہ پیدا ہوا شوہر کی بیوی پہ شک ہوا یہاں تک کہ معاملہ عدالت تک پہنچا۔ عدالت نے تحقیقات کے لئے ڈاکٹر مقرر کیے خوب چھان بین کی گئی تو معلوم ہوا کہ حاملہ کے کمرے میں ایک حبشی کی تصویر تھی جس پر اکثر اس کی نظر پڑتی ہے جس کا اثر پیٹ میں بچے پر پڑا اور ایک گوری چٹی لڑکی کے ہاں کالا کلوٹا لڑکا پیدا ہوا حاملہ کے کمرے میں نیک بہادر اور خوبصورت انسانوں کی تصویریں آویزاں کریں تاکہ نیک بہادر اور خوبصورت اولاد پیدا ہو۔

یہ ایک تاریخی واقعہ ہے کہ ہمایوں بادشاہ کی بیگم حمیدہ بانو ایک دفعہ قلم سے اپنے ہاتھوں کے تلوے پر پھول بنا رہی تھی، بادشاہ نے بیگم سے اس کی وجہ پوچھی تو اس نے جواب دیا میں چاہتی ہوں جو بچہ پیدا ہو اس کے پاؤں پہ یہ نشان و لیسے کا ویسا موجود ہو۔

اس واقعہ کے لکھنے سے ہمارا مطلب یہ ظاہر کرنا ہے کہ ماں باپ جس قسم کی اولاد چاہیں پیدا کر سکتے ہیں خصوصیت کیساتھ حاملہ کو حمل کے دنوں میں نہایت نیک پاک خیال رکھنے چاہیئیں جس قسم کے خیالات ہوں گے اسی قسم کی اولاد پیدا ہوگی حاملہ کے کمرے میں بہترین پرندوں کی تصویریں لٹکائیں حاملہ کو نیک اور بہادر پرندوں کی کہانیاں سنائیں حاملہ کو مذہبی گرنتھوں کا پاٹ کرنا چاہیئے اور اپنے خیالات کو دھرم کی طرف لگانا چاہیئے اس سے نیک اور اعلیٰ اولاد پیدا ہوتی ہے۔

مباشرت کے وقت اگر کمرے میں صفائی ہو خوبصورت تصاویر ہوں پلنگ اور بستر دل پسند ہو تو اولاد تندرست اور خوبصورت پیدا ہوتی ہے اگر مکان کے اردگرد گندگی ہو کمرہ میلا کچیلا ہو تو اولاد بھی مکروہ صورت پیدا

ہوتی ہے چنانچہ ایک ہی والدین کے بچے ایک دوسرے سے اس قدر مختلف ہوتے ہیں ایک خوبصورت دوسرا بدصورت اس کی وجہ سوائے اس کے اور کچھ نہیں کہ مباشرت کے وقت ان کے والدین کی جسمانی اور ذہنی حالتوں میں فرق تھا جس کا اثر اولاد پر یقیناً پڑنا چاہیئے تھا اولاد اپنے والدین کا فوٹو ہوتی ہے۔ صحبت کے وقت والدین کی جو حالت ہوگی وہی اولاد کی ہوگی

خدا نے مرد عورت کے تعلقات کا مقصد بقائے نسل رکھا ہے ہمیں اس مقصد کو پورا کرنے کیلئے سوچ سمجھ سے کام لینا چاہیئے نہ کہ اندھا دھند نفس شہوت کے نشے میں پاگل ہو کر جب جی چاہا مشغول ہو گئے چند گھنٹے پیشتر تیاری کرنی چاہیئے اور جماع سے پہلے ضروری احتیاط کرنی چاہیئے صفحہ مضمون والے پر پورا پورا عمل کریں اگر بیوی کی رضامندی کے خلاف صحبت کی جائے اور اس وقت حمل قرار پا جائے تو ناقص اولاد پیدا ہوگی طب کی رو سے بہتر حمل اور بہتر اولاد کے لئے ضروری ہے کہ میاں بیوی ایک [illegible] ہیں۔

حکیم علی ضیاء

مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا کرنے میں حاملہ کی خوراک کو بھی دخل ہے اگر زود ہضم مقوی اور جزو بدن بننے والی غذائیں استعمال کی جائیں تو مضبوط اور تندرست اولاد پیدا ہوتی ہے۔ حاملہ کو دودھ گھی مکھن پھل اور دوسری زود ہضم مقوی غذائیں ضرور استعمال کرائیں اور خصوصاً سفید رنگ کی اشیاء مثلاً کیلا انگور سیب چاول کھچڑی گھی دودھ مکھن وغیرہ۔ تو بہت مفید ہیں ان کے استعمال سے مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے اس اصول کی صداقت میں کوئی شک نہیں کہ ماں اولاد کو جیسا بنانا چاہیئے بنا سکتی ہے بچے کی تعلیم ماں کے پیٹ سے شروع ہوتی ہے۔ ایام حمل

خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے اس اصول کی صداقت میں کوئی شک نہیں کہ ماں اولاد کو جیسا بنانا چاہے بنا سکتی ہے بچے کی تعلیم ماں کے پیٹ سے شروع ہے ایام حمل میں اگر ماں کے خیالات نیک اور اعلیٰ ہو گئے تو بچہ بھی انہیں خیالات کا پیدا ہوگا۔

سنسکرت کتب کا نچوڑ

سنسکرت میں اس طرح لکھا ہے جھگڑا فساد کرنے والی حاملہ کے ہاں جو اولاد پیدا ہوتی ہے اس کا شر کا مادہ ہوتا ہے ۲۔ اگر حاملہ دھن دولت جمع کرنے کے خیال میں غلطاں ہو تو اس کے ہاں جو لڑکا پیدا ہوگا وہ ہمیشہ دولت کا طالب رہے گا اگر حاملہ دوسرے کے مال کی خواہشمند ہوگی تو اس میں حسد کا مادہ زیادہ ہوگا ہر وقت غم و فکر میں رہنے والی عورت حاملہ کے ہاں ڈرپوک کمزور اور جلد مرنے والی اولاد پیدا ہوتی ہے ۴۔ اگر حمل کی حاملہ ہم بستر ہوگی تو اولاد بے حیا اور بے شرم ہوگی (۵) حمل کی حالت میں رونا بہت نقصان دہ ہے رونے والی حاملہ کے ہاں جو اولاد پیدا ہوتی ہے اس کی آنکھوں میں کچھ نہ کچھ نقص رہتا ہے (۶) اگر حاملہ سست اور زیادہ سونے کی عادی ہو تو اولاد سست کاہل اور بیوقوف پیدا ہوتی ہے (۷) حاملہ نمک زیادہ کھائے تو اولاد کمزور پیدا ہوتی ہے ۔۸ حاملہ کھٹائی اور خون میں تیزی پیدا کرنے والی اشیاء کا استعمال کثرت سے کرائے تو اولاد کا خون خراب ہو جاتا ہے اور کمزور پیدا ہوتی ہے (۹) کڑوی چیز کھانے والی حاملہ کے ہاں دبلی پتلی اولاد پیدا ہوتی ہے۔ جو چیزیں زیادہ کھانے سے جو جو بیماریاں پیدا ہوتی ہیں اگر وہ چیزیں حاملہ بکثرت کھائے گی تو یقیناً وہی امراض یا ان کا

کوئی تبدیل شدہ مرض اولاد میں ناممکن ہے کالی چیزیں کثرت سے کھانے والی عورت کے ہاں کالے رنگ کی اولاد پیدا ہوتی ہے۔

بچوں کی تربیت

دراصل بچوں کی تربیت ماں باپ کے پیٹ سے شروع ہوتی ہے جس قسم کے خیالات ماں کے ہوں گے وہی خیالات لے کر بچہ دنیا میں آتا ہے دنیا میں جتنے نامی انسان ہوئے ہیں ان کو بیشتر زمانہ حمل میں اعلیٰ تعلیم حاصل ہوتی رہی مشہور اور سواجی کی مثالیں ہمارے سامنے ہیں مرا چلین کہ نقشوں کے پڑھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ سواجی کی ماں اپنے بچوں کو بہادر بنانے کی آرزومند تھیں جبکہ بچہ وہ حمل کے دنوں میں انیز عملی پیرا رہی جس سے بچہ کے دل پر بہادری کے نقوش ہوں اس کا کمرہ بہادروں کی تصاویر سے آراستہ تھا اس کے علاوہ وہ بہادر انسانوں کی کہانیاں سنا کرتی تھی پولین (فاتح یورپ) کے نام سے مشہور تھا۔

اس نے بہادری میں دنیا بھر میں نام پیدا کیا جب وہ ماں کے پیٹ میں تھا اس کی ماں خاوند کے ساتھ میدان جنگ میں تھی اور امور جنگ میں دلچسپی لیتی تھی رابرٹ پرنس سکاٹ لینڈ کا مشہور شاعر ہو گذرا ہے اس کی ماں کو گیتوں کا بہت شوق تھا حمل کے دنوں میں وہ فرصت کے وقت اکثر گایا کرتی تھی اس کا اثر بچے پر پڑا اور وہ نامور شاعر بن گیا۔ پیدا ہونے کے بعد بھی بچے کا بگاڑنا سنوارنا والدین کے اختیار میں ہے بچے کو جیسے اخلاق کی گود میں پرورش کیا جاتا ہے۔ اس کے ویسے ہی اخلاق ہو جاتے ہیں۔ تربیت وہ چیز ہے جس کا اثر بچوں کی فطرت پر بہت زیادہ پڑتا ہے۔

حکیم علی ضیاء

جس طرح بچہ والدین کو دیکھ کر بولنا اور چلنا سیکھتا ہے اسی طرح وہ جو کچھ اپنے ماں باپ کو کرتے دیکھتا ہے ویسا ہی خود کرنے لگتا ہے۔ والدین کی اپنی اولاد کی نگرانی کرنی چاہیئے بچے کی مثال نرم ٹہنی کی ہے جس کو ہر طرف موڑ سکتے ہیں مگر خشک ہونے کے بعد ایسا نہیں ہو سکتا اس لئے بچپن ہی میں اپنی اولاد کے اخلاق وغیرہ کی نگرانی کرنی چاہیئے اگر کوئی شخص اپنی اولاد کو سستی، فضول خرچی اور بدچلنی یا کسی بری عادت کا تذکرہ کرتا ہے تو ہم سمجھتے ہیں یہ اس کا اپنا قصور ہے اس نے اپنی اولاد کو اچھی تربیت نہیں دی اگر ایک شخص اولاد کے طریقہ تربیت سے واقف ہے اور اپنی اولاد کو اچھی تربیت نہیں دی اگر ایک شخص اولاد کے طریقہ تربیت سے واقف ہے اور اپنی اولاد کو نیک تربیت دیتا ہے تو کوئی وجہ نہیں اولاد نیک نہ ہو تو یہ بات یاد رکھنا چاہیئے کہ بچوں کی آئندہ زندگی کا انحصار والدین پر ہے جو آج بچہ ہے تو کل باپ ہو گا انگریزی مثل ہے HFILO I HT NEFDTKROPMOK اگر آج بچہ کی تربیت ٹھیک نہ ہوتی تو وہ کل اپنی اولاد کو کیا سکھائے گا اس کی اولاد بھی ویسی ہی ہو گی جس خاندان کا تنزل ہوتا ہے اگر اس کا غور سے مطالعہ کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ اخلاق اور مالی تباہی کا سبب یہ ہے کہ اس میں بچوں کی تربیت سے بے پرواہی کی گئی تھی۔

جب ایسے بچے جوان ہوتے ہیں اور روزی کمانے کا وقت آتا ہے تو وہ ناکام رہتے ہیں کیونکہ چستی اور جفاکشی کا مادہ ان میں بچپن میں پیدا نہیں کیا جاتا جو دنیا میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے۔ اپنے دماغ پر ہمیشہ غور کرو اپنے بچوں کو نیک عادتیں سکھاتے ہیں تمہیں جتنی بھی محنت کرنی پڑے تھوڑی ہے بچہ ہی آپ کی اصل جائداد ہے جو والدین اپنی اولاد کی طرف توجہ

نہیں دیتے وہ اپنے ہاتھوں سے اپنے خاندان کی قبر کھودتے ہیں بچپن میں بچے کی تربیت اس وقت شروع ہوتی ہے جب ماں کے پیٹ میں ہو حاملہ کو خوش رکھتے۔ بہادروں اور بزرگوں کی کہانیاں سناتے اور ان کے تصاویر حاملہ کے کمرے میں آویزاں کرتے ہیں تو وہ ہضم و پسند اور صحت بخش غذائیں استعمال کراتے ہیں اور حاملہ کو کبھی رنجیدہ یا غمگین نہیں ہونے دیتے دراصل یہی وقت بچے کو نیک اور اعلیٰ تربیت دینے کا ہے جس قسم کے خیالات ماں کے ہوں اسی طرح کا بچہ پیدا ہوتا ہے اگر ماں کے خیالات اچھے نہیں تو اولاد کے خیالات بھی اچھے نہیں ہو سکتے۔

بچے کی خوراک

بچے کے قدرتی غذا ماں کا دودھ ہے اس سے بڑھ کر اس بچے کے لئے کوئی نعمت نہیں۔ اب تک کوئی کیمیائی مرکب تیار نہیں ہوا جو ماں کے دودھ کا مقابلہ کر سکے مگر ماں کے دودھ کے بدل ضرور موجود ہیں اور ان میں سے بہتر ماں کا دودھ ہے لیکن جس حالت میں ماں کا دودھ ہو اور ماں کو کوئی خاص بیماری نہ ہو تو بچے کے لئے اپنی ماں کا دودھ سب سے اچھا اور مفید ہے اس لئے شروع میں بچہ اور زچہ دونوں کو فائدہ ہے کیونکہ زچہ کے دودھ میں بعض اجزا ایسے ہوتے ہیں جو بچہ کے حق میں خاص اثر رکھتے ہیں ادھر دودھ کا نکاس سے ماں کے اندرونی اعضا میں اس قسم کی تحریک ہوتی ہے کہ وہ بہت جلد سکڑ کر اپنی حالت پر آجاتے ہیں ہم سب سے پہلے لکھ چکے ہیں کہ عورت کی چھاتیوں اور اعضائے مخصوصہ میں گہرا تعلق ہے۔ چھاتی سے بچے کو دودھ پلانے کا اثر ہوتا ہے کہ رحم اپنی جگہ پر آجاتا ہے۔ لیکن اگر بچہ کی ماں از حد کمزور ہو تو ضروری ہے بچے کو کسی اور طریقے سے

حکیم علی ضیاء

بچے کو کسی اور طریقے سے دودھ پلانا چاہیئے۔ بچہ پیدا ہوتے ہی بچہ کو دودھ نہیں پلانا چاہیئے۔ دس بارہ گھنٹے کے بعد جب عورت کی طبیعت بحال ہو تو گرم پانی سے چھاتیاں دھو کر اور ہر ایک پستان سے قطرے دودھ نکال کر بچہ کو پلائیں فوراً بچہ کو پلائیں فوراً دودھ پلانا بچہ کے لئے مضر صحت ہے کیونکہ اس وقت اول زچہ کی طبیعت بحال نہیں ہوتی اور دوسرے اس کے خون میں ہلچل ہوتی ہے بچے کو دودھ پلانے کے اوقات مقرر ہونے چاہئیں بعض مائیں شروع ہی سے بچہ کو بری عادت ڈال دیتی ہیں جس وقت بچہ روئے تو اسے دودھ پلا کر خاموش کر دیتی ہیں اس سے بچوں کا معدہ خراب ہو جاتا ہے اور بدہضمی کی شکایت ہو جاتی ہے جب تک بچہ ماں کا دودھ پیتا رہے اس کی صحت کا ضرور خیال رکھنا چاہیئے۔ دودھ چاول کھچڑی والی ہلکا ترکاریاں اور پھل بہترین خوراک ہے۔

بیماری رنج غصہ کے وقت بچہ کو دودھ نہ پلائیں دودھ کے اندر مضر اجزا پیدا ہو جاتے ہیں جو کبھی کبھی بچے کو بہت نقصان پہنچاتے ہیں

بچہ کے لئے تازہ ہوا

رات کے وقت بچے کا جھولا یا چارپائی ماں کے پلنگ کے پاس ایسی جگہ ہونی چاہیئے جہاں تازہ ہوا اور روشنی کا کافی انتظام ہو دن میں موسم کے لحاظ سے برآمدے میں ہو تو زیادہ بہتر ہے جہاں کثرت سے تازہ ہوا اور روشنی دونوں مل کر ہی زیادہ فائدہ پہنچا سکتے ہیں جب ننھا بچہ سانس لیتا ہے تو کچھ ہوا اپنے پھیپھڑوں میں لے جاتا ہے۔ ہوا میں دو قسم کی گیس ہوتی ہے اور وہ کھلی ہوا میں ہوتی ہے بچہ جب پھیپھڑے میں لے جاتا ہے تو خون جو جسم میں گردش کرتا ہے اور اس کی گردش ہے۔

کی وجہ سے گندہ ہو جاتا ہے وہ آکسیجن سے صاف ہو جاتا ہے اس لئے جہاں تک ممکن ہو بچوں کو تازہ ہوا میں رکھنا چاہیئے۔ بعض مائیں جب بچہ سو جاتا ہے تو مکھیوں مچھروں وغیرہ سے بچانے کا خیال سے اس کے منہ پر کپڑا ڈال دیتی ہیں اور بے فکر ہو جاتی ہیں سر پر کپڑا اوڑھا دینے سے ہوا کا گذر نیچے کی ناک تک نہیں ہو سکتا اور جب وہ ہوا کو پھیپھڑوں میں لے جا کر باہر نکالتا ہے تو آکسیجن کی بجائے ایک اور گیس کو کاربن ڈائی اکسائڈ کہتے ہیں باہر نکلتی ہے یہ گیس زندگی کے لئے زہر قاتل ہے کیونکہ منہ پر کپڑا ہونے کی وجہ سے تازہ ہوا کا راستہ نہیں رہتا اور بار بار وہی گندی ہوا پھیپھڑوں میں جانے سے سخت نقصان پہنچتا ہے جب بچہ سو جائے تو اس کے منہ پر کسی قسم کا کپڑا نہیں ڈالنا چاہیئے۔

بچہ کے لئے علیحدہ چارپائی

پیدائش کے دن بچہ کو علیحدہ سلانا چاہیئے تاکہ وہ ہمیشہ کے لئے اس کا عادی ہو جائے بعض مائیں بچوں کو علیحدہ سلانے سے ڈرتی ہیں اور یہ اندیشہ کہ علیحدہ سونے سے بچے کو سردی وغیرہ کا خطرہ ہے بالکل بے بنیاد ہے اکثر مائیں بچے کو ہر وقت چمٹائے رکھتی ہیں اور رات کو بھی بستر پر اپنے ساتھ سلاتی ہیں حالانکہ یہ تندرستی کے لئے سخت مضر ہے ننھے میاں صبح سے شام کندھے سے لگے ہوئے ہیں رات کو بھی ماں کے پہلو میں بغیر نیند نہیں آتی جہاں ماں کسی ضروری کام کے لئے اٹھی اور آپ نے رو رو کر سارا گھر سر پر اٹھا لیا ایسا بچہ نہ صرف ماں کے لئے بلکہ سب گھر والوں کیلئے

حکیم علی ضیاء

ال جان ہو جاتا ہے اس کی صحت خراب ہو جاتی ہے اور ماں کی صحت بھی اور وہ تھکی ماندی سی رہتی ہے ان ماؤں کو دیکھ کر ہمیں تعجب ہوتا ہے کہ ان کو خود اس بات کا احساس تک نہیں ہوتا کہ یہ بے جا لاڈ پیار بچہ اور ماں دونوں کی صحت اور تندرستی کے لئے مضر ہے۔

بچوں کی پرورش ماں کا ایک ضروری فرض ہے ماں کو اپنی اور اپنے بچوں کی صحت اور شوہر کے آرام و آسائش گھر کی دیکھ بھال غرضیکہ تمام دنیاوی ضروریات کو مد نظر رکھ کر پرورش اولاد کے صحیح طریقے اختیار کرنے چاہئیں یہ امر خاص طور پر توجہ کے لائق ہے کہ اگر ماں کی صحت درست ہو گی تو بچہ بھی تندرست رہ سکے گا ماں کی صحت پر بچہ کی تندرستی کا انحصار ہے صحیح پرورش و تربیت ماں اپنے بچے کی کر سکتی ہے کوئی حریص یا آیا نہیں کر سکتی بشرطیکہ ماں کو بچوں کی پرورش کے صحیح طریقے معلوم ہوں۔

اگر بچہ علیحدہ سونے کا عادی ہو تو ماں بچہ دونوں کو پورا پورا آرام میسر آ سکتا ہے اور دونوں کو بہت سی تکلیفوں سے نجات مل سکتی ہے اگرچہ بیمار ہو تو ماں نہایت تندی سے تیمارداری کے فرض کو انجام دے سکتی ہے اور ماں کو اپنی بیماری میں بچہ کی طرف سے اطمینان ہوتا ہے کیونکہ بچہ ضرورت سے زیادہ ماں کے پاس رہنے کا عادی نہیں ہوتا گھر کی دیکھ بھال شام کو سیر و تفریح ملنا ملانا غرضیکہ کسی کام میں بچوں کی رکاوٹ پیدا نہیں ہو سکتی

ہر ماں کو چاہیئے کہ اپنے بچوں کو ابتدائی سے علیحدہ سونے کا عادی بنائے اگر بچہ پہلے سے ماں کے علیحدہ سونے کا عادی ہے تو شروع شروع میں کئی راتیں بے چین رہے گا اسی دوران میں صبر و استقلال کے ساتھ کوشش جاری رکھی ئے تو امید ہے کہ بچہ علیحدہ رہنے کا عادی ہو جائے گا مگر یاد رکھنا چاہیئے

کہ تندرستی کے عام قاعدے مثلاً غسل صفائی خوراک ہر کام میں اوقات کی پابندی اور پورا پورا عمل کرنے سے فائدہ بخش نتائج نکلتے ہیں اور بچے کی صحت روز بروز ترقی کرتی ہے اسی حالت میں باقاعدگی قائم رکھنی ضروری ہے

دودھ بڑھانیکا قدرتی طریقہ

بعض عورتوں کے پستانوں سے بہت کم دودھ آتا ہے انھیں چاہیے کہ خود دودھ کا استعمال کریں زود ہضم غذائیں کھائیں گرم مزاج عورتیں جو کا پانی اور پالک کا ساگ اور سرد مزاج والی شیرینی اور چکنی غذائیں استعمال کریں گاجر کھانے سے بھی دودھ بڑھ جاتا ہے۔ گاجر کا حلوہ بہت مفید ہے۔ سونف کا کاڑھا بھی فائدہ مند ہے۔ دو تین تولے بنولے کی گری کا آٹا دودھ میں کھیر کی مانند پکا کر صبح و شام استعمال کریں ہمیشہ خوش و خرم رہیں۔ غم و غصہ پاس نہ آنے دیں بچہ کے لاڈ پیار اور محبت کریں اس سے دودھ خود بخود اتر آتا ہے۔ اگر دودھ زیادہ کرنا ہو تو غذا کم کر دینی چاہیے اور زیرہ کو سرکہ میں بھگو پستانوں پر لیپ کرنا بھی بہت مفید ہے۔ اگر دودھ زیادہ گاڑھا ہو تو پودینہ اور زوفا پانی میں ابال کر سکنجبین بزوری ملا کر پینا بہتر ہے اور غذا کے لیے کھچڑی دودھ چاول میدہ کی روٹی نیم بریاں انڈے کی زردی وغیرہ استعمال کرائیں اور دودھ ختم جائے اور درد ہو تو گرم پانی میں کپڑا بھگو کر پستانوں کے سروں پر نچوڑنا اور گرم تیل کی مالش کرنا بہتر ہے۔

دائی کا دودھ

اگر بیماری کی وجہ سے ماں کا دودھ ناقص ہو تو بچے کو ماں کا دودھ پلانے کی بجائے کسی نیک [illegible] صورت عورت یا دایہ کا دودھ پلایا جائے جس کا اپنا بچہ بھی اتنی ہی عمر کا ہو دودھ کے ساتھ دودھ پلانیوالی عورت کے اخلاق اور خیالات بھی بچہ میں سرایت کرتے رہتے ہیں۔ اگر دایہ بد اخلاق مل جائے تو یہ شرط پوری ہونی مشکل ہے۔ کہ دایہ کا بچہ بھی اسی عمر کا ہو کہ نئے بچے کی ماں کا دودھ ہلکا اور پتلا ہوتا ہے۔ آہستہ آہستہ سلقا بنتا گاڑھا اور طاقتور ہو جاتا ہے۔ مجبوری اور لاچاری کی حالت میں اپنے بچے کو کسی دوسری عورت کا دودھ پلانا چاہیے بھینس کے دودھ سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ اس میں روغنی مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ جو بچوں کے لیے مفید نہیں ہوتا۔

بچے کو دودھ پلانیکے متعلق ضروری احتیاطیں

ماں کا دودھ بچے کیلئے قدرتی غذا ہونیکے باوجود بچوں کی کمزوری اور بیماری یا موت کی وجہ عام طور پر دودھ پلانے میں بے احتیاطی ہوتی ہے۔ بے احتیاطی دودھ پلانے میں ہو یا ماں کے اپنے کھانے میں دونوں صورتوں بچہ پر اثر پڑتا ہے۔ اس سلسلے میں مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنے سے بچے کی صحت پر بہت اچھا اثر پڑے گا۔

دودھ پلانے سے پہلے پستانوں کے سروں پر روزانہ نیم گرم پانی سے اور کبھی کبھی گرم پانی بورک ایسڈ ملا کر دھونا چاہیے تاکہ چھاتی کا میل اور پسینہ دودھ کے ہمراہ بچے کے منہ میں نہ جا سکے اور اس طرح دودھ پلانے سے پہلے بچے کے منہ کو بھی صاف کر لینا چاہیے اور دودھ پلانے سے پہلے دودھ کی چند بوندیں نیچے گرا دینی چاہئیں لٹا کر دودھ پلانے سے گود میں لے کر دودھ پلانا بہتر ہے۔ دودھ مقررہ وقت پر اعتدال سے پلانا چاہیے نہ بہت زیادہ اور نہ بہت تھوڑا رات کو نسبت دن کے

حکیم علی ضیاء

ہمیشہ دودھ کم دینا چاہیے بعض مائیں بچے کو رونے پر اسے فوراً دودھ دینے لگتی ہیں۔ اور اگر وہ نہ پیئے تو جبراً ٹھونستی ہیں۔ خواہ وہ کسی اور ہی سبب سے روتا ہو یہ بہت مضر بات ہے کیونکہ بچے اکثر زیادہ دودھ پی لینے پر بدہضمی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ جب تک بچہ گود میں ہو عورت کو مرد کے پاس نہیں جانا چاہیئے اور اگر ایسی غلطی کبھی ہو جائے تو اس عمل کے بعد کم از کم دو گھنٹہ تک بچہ کو دودھ نہیں پلانا چاہیئے پہلے چھ مہینوں میں دن کے وقت بچے کو دو دو گھنٹے کے بعد دودھ پلائیں تین ماہ کی عمر تک بچے کو صبح ½۵ بجے سے شام ½۶ بجے تک ہر دوسرے گھنٹے اور پھر شام کے سات بجے سے ۱۰ بجے تک ۲، ۳ گھنٹے بعد دودھ پلانا چاہیئے۔ چار ماہ کے بچے کو صبح ½۶ بجے سے ۴ بجے تک ½۲، ½۲ گھنٹے کے بعد اور رات کو صرف ۱۰ بجے تک تین تین گھنٹے بعد اس طرح بچہ تندرست رہے گا اور دودھ ہضم بھی کر سکے گا۔ دودھ پلاتے وقت دونوں چھاتیوں سے یکساں پلانا چاہیئے۔ بچے کے دانت نکلنے سے پہلے سوائے دودھ کے ہرگز کچھ نہ دیں۔ ولادت سے دو ہفتہ پیشتر اگر ہیں اپنے پستانوں کو روزانہ نیم گرم پانی سے جس میں چند بوندیں شراب کی ملائی گئی ہوں دھو ڈالا کریں۔ تو دودھ بھی ٹھیک وقت پر اترے گا اور چھاتیوں میں ورم درد سوزش یا زخم وغیرہ پیدا ہونے کا بھی کوئی خطرہ نہ رہے گا۔

حکیم علی ضیاء

اگر آپ بچے کی صحت برقرار رکھنا چاہیں تو ۲/۸ کا منی آرڈر بھیج کر ہدایت نامہ پرورش منگائیں جو ہم سے مل سکتی ہے۔
ملنے کا پتہ۔ حمید بک ڈپو نولکھا بازار لاہور

چسنی کے نقصانات

عام مائیں بچوں کو دودھ پلانے کے بعد ان کے منہ میں چسنی دے دیتی ہیں یاد رکھنا چاہیئے کہ بچہ کو دودھ کے بعد اسے ہضم کرنے کی ضرورت ہے چسنی کے لعاب دہن جو ہاضمہ ہے) باہر گرتا ہے اس لئے دودھ دیر سے ہضم ہوتا ہے اور بچہ کا ہاضمہ خراب ہو جاتا ہے علاوہ ازیں چسنی کے زیادہ استعمال سے تالو کی ہڈی کا اگلا حصہ زیادہ ابھر آتا ہے جسے بچے کا خوبصورت چہرہ بدنما ہو جاتا ہے چسنی اگر گندی رہتی ہے اس پر لعاب دہن جم جاتا ہے اور جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں جو بچے کی صحت کے لئے سخت نقصان دہ ہے سمجھدار ماں کو چاہیئے کہ وہ ہرگز بچے کے منہ میں چسنی نہ دیں

لباس اور جسم کی صفائی

بچوں کا موسم کے لحاظ سے روزانہ گرم یا سرد پانی سے غسل کرنا چاہیئے لباس نہایت صاف اور ڈھیلا ہونا چاہیئے۔ سردیوں میں بچوں کو جرابیں پہنا کر رکھیں پاؤں گرم رہیں عام گھروں میں بچوں کے کپڑوں کا خاص خیال نہیں رکھا جاتا والدین کی اس غفلت سے بچوں کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ بچوں کے لباس کو پیشاب اور پاخانے صاف رکھیں اور وہ بھیگا ہوا نہیں ہونا چاہیئے

عورت کا سب سے بڑا فرض

عورت کو پیدا کرنے سے قدرت کا منشا یہ ہے کہ وہ فرائض مادری انجام دے اس منشائے قدرت کے علاوہ ویسا بھی دیکھا جائے تو معلوم ہوگا کہ مادرانہ

فرائض کی قدر و قیمت بہت زیادہ ہے پیدائش سے دنیا قائم ہے اگر پیدائش کا سلسلہ ٹوٹ جائے تو دنیا کا خاتمہ ہو جائے لیکن عورت کی زندگی کا مقصد یہیں پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ بچہ کی پیدائش کے بعد عورت کے حقیقی فرائض کا دور شروع ہوتا ہے۔ بچے کی پرورش پر عورت کا سب سے بڑا فرض ہے پرورش کے صرف یہ معنی نہیں کہ بچے کو پیٹ بھر کر دودھ پلا دیا نفیس لباس پہنا دیا بلکہ بچے کے دل و دماغ کی پرورش کی جائے اس کے اخلاق پر پرورش کی جائے اس کے اعلیٰ جذبات کو نشوونما دی جائے بچے کی زندگی ایک سادہ کتاب کی مانند ہے اس پر اپنی مرضی کے مطابق نقش و نگار بنانا ماں کا فرض ہے ماں اگر چاہے تو بد نقوش سے اس کتاب زندگی کو بدنما بنا سکتی ہے اگر وہ چاہے تو اپنی مرضی کا دیوں سے دلفریب بھی بچہ کی آئندہ قسمت اس کے ماں کے ہاتھ میں ہوتی ہے اور چونکہ قوم افراد سے بنتی ہے اس لئے دوسرے الفاظ میں یوں کہنا چاہیئے کہ قوموں کی قسمت عورت کے ہاتھوں میں ہے قوم کا بنانا بگاڑنا عورت کا کام ہے جو عورت اپنے بچے کو اچھی تربیت دیتی ہے وہ اپنی زندگی میں کامیاب ہے اور اس کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا۔ لیکن اگر بچے کو نیک تربیت نہ دے سکے تو اس کے یہ معنی ہیں کہ اس نے اپنے بچہ کو ہی تباہ نہیں کیا بلکہ آئندہ پیدا ہونے والی نسل کو بھی تباہ کر دیا اس نے اپنے فرض کو جو قدرت نے اس پر عائد کیا ادا نہیں کیا

دنیا صرف عورت کی وجہ سے روشن ہے اگر عورت کا وجود نہ ہوتا تو دنیا آج سنسان ہوتی ملک عورت سے صرف یہ چاہتا ہے کہ وہ اس کے لئے بہترین فرزند پیدا کرے ملک کے مستقبل کو شاندار بنانا صرف عورت کے ہاتھ میں ہے۔

حکیم علی ضیاء

پرورش میں کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیئے

عام عورتوں میں عادت پائی جاتی ہے کہ بچہ خواہ کسی سبب سے روئے وہ فوراً دودھ پلانا شروع کر دیتی ہیں اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بار بار دودھ پینے سے بچے کا معدہ خراب ہو جاتا ہے بد ہضمی کی شکایت میں مبتلا ہو کر اس کی صحت خراب ہو جاتی ہے بچے کے لئے نہانے اور سونے کے اوقات مقرر ہونے چاہیئں۔ بعض مائیں بچوں کو افیون کھلاتی ہیں تاکہ وہ غافل پڑا رہے اور مال آزادی کے ساتھ گھر کے دھندوں میں لگی رہے ایسا ہرگز نہ کرنا چاہیئے اس سے بچے کی جسمانی اور دماغی طاقت اور بچے کی ذہنیت پر بہت برا اثر پڑتا ہے جب بچہ ہوتا ہے تو بعض مائیں بچے کے خاموش کرنے کے لئے جھولے میں لٹا دیتی ہیں اس لئے چپ ہونے تک وہ جھولے کو ہلاتی رہتی ہیں اب بچے کو اس کی عادت پڑ جاتی ہے اس وقت تک خاموش نہیں ہوتا جب تک کہ اس کو متواتر نہ جھلایا جائے اس سے بچے کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے بچے کا نازک بھیجا ہل جاتا ہے۔ بعض مائیں یا گھر کے دوسرے لوگ۔ بچہ کو دن بھر ہاتھ میں اس طرح اچھالتے ہیں جیسے تیلیوں کو نچایا کرتے ہیں اس سے بھی بچے کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے بچے کو دودھ پلا کر کبھی ادھر ادھر حرکت نہ دیں یہاں تک کہ بچہ کی چارپائی بھی غیر خاموش کرنے کے لئے سب سے عمدہ ترکیب یہ ہے کہ اس کو آہستہ آہستہ تھپتھپائیں اور سریلی آواز میں لوری سنائیں بعض مائیں اور محلے کی بڑی بوڑھیاں جب کہتی ہیں۔ بچہ ضد کرتا ہے تو اسے بہلانے کی غرض سے اس کی بچو ملتے لگتی ہیں

حکیم علی ضیاء

بچہ آخر انسان کا بچہ ہے خواہ کتنا ہی ننھا ہو فطرتاً اس حرکت سے اس کو ایک قسم کی شرم سی آتی ہے اور سمٹ سمٹ کر بزرگوار سے پیچھا چھڑانا چاہتا ہے کبھی زور سے روتا ہے کبھی کھسیانی ہنسی ہنستا ہے یاد رکھنا چاہیئے کہ یہ فعل بہت برا ہے اس طرح بچے کی رگیں مساس کی عادی ہو جاتی ہیں چند بار کرنے سے وہ خود بخود اپنی بھلو کو ملنے لگتا ہے اگر یہ عمل جلدی نہ چھڑا لیا جائے تو آگے چل کر بری خرابیاں پیدا ہوتی ہیں لہٰذا ایسی شرمناک حرکت نہ خود کریں نہ کسی کو کرنے دیں۔

بچپن کے بعد لڑکپن کا زمانہ آتا ہے اس وقت بچے کی بہت سخت نگرانی رکھیں کیونکہ ایک ساتھ کھیلنے والے شریر بچے بہت سی مذموم حرکات سیکھا کرتے ہیں جن کا آج کل ہر جگہ رواج ہو گیا ہے۔ گالی گلوچ بدتہذیبی اور بری عادتوں سے تو بچوں کو ضرور روکیں مگر کھیل کود اور دوڑ دھوپ کے لئے اتنا ضرور وقت دیں جس سے وہ خوب تھک کر میٹھی نیند سوئے اور انہیں خراب خیالات یا کسی قسم کی بدفعلی کا موقع ہی نہ ملے اس سے ان کے قویٰ مضبوط ہوتے جائیں گے اور صحت بھی برقرار رہے گی مدرسے تعلیم کے علاوہ ماں باپ کا فرض یہ بھی ہے کہ اپنے طور پر بجائے چھوٹے اچھڑے کی کہانی یا جن پری کے قصوں کے شاندار قومی روایات اور نیک اور بزرگ لوگوں کے واقعات سنا کریں تاکہ ان کا اچھی اچھی باتیں کرنے کی ترغیب ہو جو والدین اپنی والدہ کی صحت اور تعلیم و تربیت کا خاص طور پر خیال رکھتے ہیں بالفاظ دیگر جن کا بچپن صحیح طریق پر گذرتا ہے وہ بڑے ہو کر بڑے آدمی بنتے ہیں ورنہ زندگی وبال جان ہو جاتی ہے اور طرح طرح کی خرابیوں میں مبتلا ہو کر عذاب و تقویت کی موت مر جاتے

ہیں بچوں کی پرورش کے متعلق آپ کو مکمل معلومات کے لئے ۲ روپے آٹھ آنے کا منی آرڈر بھیجکر ہدایت نامہ پرورش بچگان منگوائیں۔

والدین کی جہالت

یہ کتنی جہالت ہے کہ بچہ جب بولنے لگتا ہے تو سب سے پہلے اسے گالیاں سکھاتے ہیں اور حیرت یہ ہے کہ والدین اس پر خوش ہوتے ہیں ماں باپ کی خوشی دیکھ کر بچہ خیال کرتا ہے کہ وہ کچھ بول رہا ہے۔ بہت اچھی بات ہے پھر تو وہ گالیوں کی خوب مشق کرتا ہے ایسے والدین محبت نہیں بلکہ اپنے بچوں سے دشمنی کرتے ہیں جن کا خمیازہ انہیں جلد بھگتنا ہے بچے کی زبان پر چونکہ گالیاں چڑھ جاتی ہیں اس لئے وہ وقت بے وقت بلا لحاظ سب کو گالیاں دینے لگتا ہے۔ بعض والدین بچے کی بری عادتوں کو یہ کہکر نظر انداز کر دیتے ہیں کہ بچہ بڑا ہو کر خوب ٹھیک ہو جائے گا۔

یہ خیال بہت غلط اور نقصان دہ ہے جو عادتیں بچپن میں پختہ ہو جاتی ہیں وہ آخر عمر تک رہتی ہیں والدین کو چاہیئے کہ وہ اپنے بچوں کو شروع ہی سے نیک عادتیں سکھائیں بچوں کے لئے سامنے شکل الف لا نہ نکالیں جھوٹ نہ بولنے دیں اس لئے وہ والدین کو جو کچھ کرتے دیکھتے ہیں ویسا ہی خود کرنے لگتے ہیں۔ بچوں کو زبانی بھی تعلیم دیں۔

آپ بچہ کو کہتے ہیں کہ گالی نہ دو اور خود اس کے سامنے دوسروں کو گالیاں دیتے ہو تو آپ کی نصیحت کا بچہ پر کیا اثر ہوگا آپ بچے کو کہتے ہیں کہ جھوٹ نہ بولو اور ننگے پاؤں نہ پھرو۔ مگر وہ اس کے سامنے جھوٹ بھی بولتے ہیں اور ننگے پاؤں بھی پھرتے ہیں اس حالت میں آپ کی نصیحت پر کوئی اثر نہ ہوگا۔

دوسری احتیاطیں: جہاں تک ہو سکے بچوں کو گرم اور تیز غذاؤں یا مصالحہ دار چیزوں اور چاٹوں سے بچائے رکھے کیونکہ ان چیزوں کے اثرات سے اعضائے تناسل کو بے جا اکساہٹ ہوتی ہے جس سے بچوں کا چال چلن بگڑنے کا احتمال ہوتا ہے۔ بہت سے بچوں کو کسی تالاب میں ننگا نہ نہانے دیں بچے کو صبح سویرے ہی بستر سے اٹھا دیا کریں۔ صبح کے وقت عموماً ایستادگی ہوتی ہے بعض اوقات بچہ بستر پر پڑا ہاتھ سے ملا کرتا ہے اور آہستہ آہستہ یہ بری عادت ان کی طبیعت ثانیہ بن جاتی ہے بچوں کو صبح سویرے بستر سے جلد اٹھا دینا اپنا فرض سمجھیں دو لڑکوں کے ساتھ کھیلنا۔ عشقیہ قصے کہانیاں سننا بیہودہ تھیٹر یا سینما دیکھنا بھی بچوں کے لئے خطرناک ہے والدین کو ان باتوں کا خیال رکھنا چاہیئے ورنہ بچے کے چال چلن میں کسی قسم کا نقص ہونے کی صورت میں ذمہ داری والدین پر عاید ہوگی۔

لڑکیوں کی تعلیم کا مسئلہ نہایت ضروری ہے بعض لوگوں کا خیال ہے کہ لڑکیوں کے لئے صرف اسی قدر تعلیم ضروری ہے کہ وہ امور خانہ داری سے واقف ہو جائیں بعض لوگ لڑکیوں کے لئے بھی وہی تعلیم لازمی خیال کرتے ہیں جو لڑکیوں کے لئے ضروری ہے ان کے نزدیک لڑکے اور لڑکیاں کی تعلیم میں کچھ فرق نہیں ہونا چاہیئے۔ ہمارا خیال ہے کہ وہ دونوں گروہوں نے اس مسئلہ کی اہمیت پر غور نہیں کیا۔

عورتوں اور مردوں کے کام جدا جدا ہیں یہ ناممکن ہے کہ مرد عورتوں کا کام کر سکیں یا عورتیں مردوں کا اگر مردوں کے ہاتھ میں دستگیری کرنے کی طاقت نہ ہوتی تو زندگی اجیرن ہو جاتی اس طرح یہ دنیا دوزخ کا نمونہ

حکیم علی ضیاء

کام کر سکیں یا عورتیں مردوں کا اگر مردوں کے ہاتھ میں دستگیری کرنے کی طاقت نہ ہوتی تو زندگی اجیرن ہو جاتی اسطرح یہ دنیا دوزخ کا نمونہ ہوتی اگر عورت کے دل میں ہمدردی اور خدمت کے جذبات نہ ہوتے تو عورتیں خدمت کرتیں ہیں اور جبراً بھی ان سے خدمت لی جاتی ہے لیکن ان کی تعلیم ایسی ہونی چاہیئے جس سے ان میں ہمدردی اور خدمت کے جذبات چمک اٹھیں جو سونے پر سہاگہ کا کام دے۔

خدمت کی خوبیاں لڑکیوں کے ذہن نشین کرنی چاہئیں انہیں تعلیم دینی چاہیئے کہ عجز اور خدمت بڑھائی کی نشانیاں ہیں بڑے درخت وہی کہلاتے ہیں جو جھکتے رہتے ہیں اور جن سے پھل اور سایہ ملتا ہے۔ لڑکیوں کی تعلیم کا ایک ضروری حصہ یہ ہے کہ انہیں ان تمام چیزوں کے نفع و نقصان سے واقف کرا دیا جائے جو روزانہ کام میں آتیں ہیں اچھے اچھے کھانے پکانے سینا پرونا کشیدہ کاری سیکھنا بھی لڑکیوں کے لئے بہت ضروری ہے وہی بہو بیٹیاں قابل تعریف ہیں جو چنے کی روٹی بھی ایسی مزیدار پکاتی ہیں کہ ان کے آگے پکوان کی کچھ حقیقت نہ ہو معمولی کپڑے اس عمدگی سے تیار کریں کہ مخمل اور ریشم مات ہو جائے

لڑکیوں کے لئے تیمارداری کی تعلیم نہایت ضروری ہے اس میں زچہ اور بچہ کی دیکھ بھال بھی شامل ہے یہ ایسی چیزیں ہیں جو عورتوں کے لئے مخصوص ہیں اور ان میں وہ جتنی زیادہ ماہر ہوں گی اتنا ہی اچھا ہے بچوں کی پرورش بھی ایک خاص موضوع ہے جس کی تعلیم نہایت ضروری ہے عام عورتوں کو بچوں کی پرورش کے طریقے معلوم نہیں قوم کے ہزاروں بچے عورتیں ان پڑھ آوارہ عورتوں کی جہالت کی وجہ سے ہیں کہ بچپن میں لڑکیوں

کو اس قسم کی تعلیم نہیں دی جاتی۔

اب ماں کو سوچنا چاہیئے کہ اس لڑکی کو شادی کے بعد دوسرے گھر جانا ہے گھر سنبھالنے کے علاوہ بچوں کی پرورش اور تربیت اس پر عاید ہوتی ہے اس سے لڑکی کی آئندہ زندگی ہر لحاظ سے کامیاب بنانے کے لئے ماں کو خود اپنی نیک مثال قائم کرنی چاہیئے ایک ننھی لڑکی ماں کو جو کچھ کرتے دیکھتی ہے سسرال میں جا کر وہ بھی اسی طرح کرتی ہے۔ ماں اپنے عمل سے لڑکی کو نیک اور اعلیٰ تعلیم دے۔

خانہ داری

حکیم علی ضیاء

امور خانہ داری

قدرت نے محنت اور مشقت سے روزی کمانے کے لئے مرد کو پیدا کیا ہے گھر کا انتظام بچوں کی پرورش اور امور خانہ داری کے تمام کام عورتوں کے سپرد ہیں چنانچہ دستور بھی یہی ہے کہ گھر کا کام عورتوں سے اور باہر کا کام مردوں سے تعلق رکھتا ہے

عورت امیر ہو یا غریب اسے اپنے گھر کے کام اپنے ہاتھ سے سر انجام دینے چاہیئں اپنے ہاتھ سے کام کرنے میں ایک قسم کی خوشی حاصل ہوتی ہے اور کام بھی ملازموں کی نسبت اچھا ہوتا ہے اس کے علاوہ اعضاء کی ورزش ہوتی ہے۔ بیشک اگر کام زیادہ ہیں تو کچھ کام ملازم کے سپرد کرنے میں حرج نہیں سب کام ملازموں کے سپرد کر دینے سے گھر کا نقشہ ہی بگڑ جاتا ہے زیادہ تر نوکر چاکر کام کاج کیلئے موزوں ہوتے ہیں ضروری کام خود اپنے ہاتھ

ہاتھوں سے سرانجام دینے چاہئیں عورت کے لئے گھر کا کام آغاز یادہ ہوتا ہے کہ اگر وہ اپنے ہاتھوں سے سب کام کرنے والوں کی صحت تھا۔ ان عورتوں سے اچھی ہوتی ہے جو ملازموں سے کام لینے کی عادی ہوتی ہیں۔

ہماری بہنوں کو یہ بات یاد رکھنی چاہیئے۔ کہ بیکاری صحت کے لئے گھن کی طرح ہے جو نہیں خود کام نہیں کرتیں ان کے جسم میں خون کی کمی رہتی ہے ان کا رنگ زرد اور صحت ہمیشہ کمزور رہتی ہے اس لئے تندرستی قائم رکھنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ امیر عورتیں کچھ نہ کچھ کام اپنے ہاتھوں سے کریں۔

گرم چولہا اور گرم دال

شکاگو امریکہ سے ٹربیون نامی اخبار شائع ہوتا ہے۔ اس کے اگست ۲۸ء کے پرچے میں ایک مضمون عورت کے پند و نصائح کے عنوان سے چھپا تھا جس میں لکھا تھا کہ خاوند فطرتاً گھر سے باہر آوارگی پسند نہیں کرتا۔ اگر اس کام سے واپس گھر میں گرم چولہا اور گرم دال ہے جو عورت موقع محل کے مطابق خاوند کو خوش ذائقہ غذا اس کی جسمانی اور روحانی ضرورتوں کو پورا کرنے کے لئے مہیا کرے گی وہ ہمیشہ اپنے خاوند کی محبوب رہے گی اکثر عورتیں گھروں میں خود سکھی سہیلیوں تاج گھر دی سیتاؤں یا اپنے بناؤ سنگھار کی ضرورتوں کو پورا کرنے کیلئے پاؤڈر اور سرخی کے انتظامات میں لگی رہتی ہیں اور چولہا نوکر چاکر کے سر پہ چلتا ہے اس کے باعث خاوند کی پہلی بدمزگی محسوس ہوتی ہے جب اسے گھر میں لذیذ کھانا میسر نہیں آتا تو وہ ہوٹلوں میں جانا شروع کر دیتا ہے یا دوسرے ایسی جگہ جہاں اس کی طبیعت کے

مطابق کھانا ملے۔

یہ ضروری نہیں کہ کھانے میں انواع و اقسام کی اشیاء شامل ہوں بلکہ ایک دو چیزیں بھی اگر پر جوش اور توجہ سے تیار کی جائیں تو انکے اندر ہمیشہ ذائقہ کی شگفتگی کے باعث جو پکانے والے کی روح کی معرفت اس کھانے میں آجاتی ہے وہ لذت پیدا ہوتی ہے جو بہترین سوزنیاں بہترین مصالحے سے تیار نہیں کر سکتا آج بھی ہندوستان کی بعض ریاستوں میں رواج ہے کہ مہاراجہ کے اپنے محل میں روزمرہ کا کھانا شاہی خواتین کی تیار کی ہوئی ضرور ہوتی ہیں۔

ماں کا فرض ہے کہ وہ اپنی بیٹی کو سب سے پہلے کھانے پکانے کی تعلیم دے ان بہو بیٹیوں کی زیادہ قدر ہوتی ہے جو ایک معمولی چیز کو بھی عمدگی سے تیار کر دیں کہ اس کے سامنے پکوان بھی ہیچ نظر آئے فیشن کی دلدادہ بیویاں جو بڑی تیزی سے مغربیت کیطرف جھک رہی ہیں بہت جلد محسوس کریں گی کہ وہ اپنی بیٹیوں کو اپنے خاندانوں کے گھر سے بے گھر بنا رہی ہیں جب ایکبار کسی کو بازاری چٹ پٹی اشیاء کا چٹخارہ لگ جاتے تو اس کا چھوٹنا محال ہوتا ہے جہاں ہوٹل میں پہنچے تو کسے کیا معلوم کہ وہاں کونسا جال بچھا ہے کہ اسے پھنسا کر کہاں سے کہاں لے جائے ہوٹلوں میں عام طور پر جو کچھ ہوتا ہے اسکی تشریح کی ضرورت نہیں سب جانتے ہیں مختصر یہ کھانے پینے کی دعوتیں بازاری صحبتیں اور یہی سوسائٹی جب انسان پر اپنا قبضہ جما لیتی ہے تو وہ تباہی کیطرف تیزی سے بڑھتا ہے جب کسی کی طبیعت بازاری دلچسپیوں کیطرف مائل ہونے لگے تو سمجھئے کہ اب اس خاندان کی تباہی نزدیک ہے وہ خاندان بہت جلد تنزلی کے غار میں جا گرتا ہے۔

... ... [illegible] یورپ کی ایک پیشہ ور عورت اپنی داستان میں ایک خاندانی شخص کا تذکرہ کرتی ہے جسکی بیوی حسین و جمیل تھی اتنی حسین کہ مقامی حسینوں میں اپنا ثانی نہ رکھتی تھی اس کے دو خوبصورت بچے تھے ایک دن پیشہ ور عورت نے اس شخص سے دریافت کیا کہ مجھے تم کو یہاں دیکھ کر سخت تعجب ہوا ہے تمہارے گھر میں اسقدر حسین و جمیل بیوی موجود ہے۔ دو خوبصورت بچے بھی ہیں پھر تم میرے پاس کیوں آتے ہو۔ اس نے جواب دیا کہ بیوی کے حسن و جمال سے میرے دل کو تسکین نہیں ہوتی کیونکہ اسکا دل میرے لیئے ایک برف کا ٹکڑا ہے۔ اسکے علاوہ زبان دراز اور بد مزاج ہے ماں باپ نے ناز و نعمت سے پرورش کر کے اس کی عادتیں خراب کر دی ہیں گناہ کا راستہ بظاہر بڑا دلفریب ہے جب انسان ایک دفعہ گر جاتا ہے تو پھر اس گڑھے سے نکلنا دشوار ہو جاتا ہے۔ ؎

عشق میں پہلے قدم پر سنبھل جائے تو خیر ورنہ پھسلا تو پھسلتا ہی چلا جاتا ہے میر

سینکڑوں مرد عورتوں کی زبان درازی سے تنگ آ کر سیدھے راستہ سے ہٹ کر غلط راستہ اختیار کر لیتے ہیں بیشمار ایسی مثالیں پیش کی جا سکتی ہیں کہ عورتیں محض اپنی بد زبانی سے اپنے مہربان خاوند کو نامہربان بنا لیا ہے یاد رکھو عورت کیلئے شیریں زبان عورت کے نقائص لوگ بھول جاتے ہیں کہ ایک عورت میں خواہ بیسیوں خوبیاں ہوں لیکن اگر وہ بدزبان ہے تو کوئی اسے منہ نہ لگائیگا خواہ خاوند غریب انسان ہو شہنشاہ جہاں اسے اصلی غمگسار کی ضرورت ہے ایک نیک آدمی سے بڑھکر خاوند کیلئے کوئی دوسرا غمگسار نہیں ہو سکتا بیوی کو چاہیئے کہ وہ اپنے فرائض کو پہچانتے ایک نیک بیوی ہونا چاہیئے کہ جب اسکا خاوند دن بھر کی تھکان کے بعد گھر واپس آئے تو مسکراتے ہوئے۔ خندہ پیشانی سے اس کا استقبال کرے گھر کی شگفتگی دو چند ... ...

حکیم علی ضیاء

پیسے کی تنگی داروں کے جھگڑے اس وقت اس کے سامنے دہرائے ہر کام اپنے اپنے وقت پر اچھا ہوتا ہے۔ عقلمند عورتیں موقع محل دیکھ کر اپنی مشکل کا خاوند کے سامنے اظہار کرتی ہیں ایک سمجھدار بیوی کو چاہیئے کہ موقع محل کے مطابق مختلف صورتیں اختیار کرکے کسی وقت نئی نویلی دلہن کی طرح شوہر کے سامنے نخرے کرے کسی وقت بہترین رفیق کی مانند شوہر کے رنج و غم اور دکھ درد میں شریک ہو کبھی ہوشیار محافظ کی حیثیت سے شوہر کو دنیا کے مصائب سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرے ضرورت پڑے تو ماں کی طرح شوہر کو فانی دنیا کی بے حقیقت چیزوں میں غلطاں ہونے سے روکے اسے نفس پرستی کا بندہ نہ بننے دے اسے صحت کا واسطہ دے کر اس وقت کو بجز ضروری طور پر صرف کرنے سے روکے مرد کا اخلاق مرد کی صحت خاندان کی بہتری بچوں کی بہبود عورت کے اختیار میں ہے عورت اگر چاہے تو گھر کی سوراک بنا سکتی ہے۔

باورچی خانہ

حکیم علی ضیاء

عورت کو سب سے زیادہ توجہ باورچی خانے کی طرف دینی چاہیئے خاوند کے لئے دل پسند اور صحت بخش کھانے تیار کرنے میں عورت کو جتنی بھی تکلیف اٹھانی پڑے تھوڑی ہے باورچی خانے میں ہر ایک چیز اپنی اپنی جگہ قرینے سے رکھے۔ صفائی کا خاص خیال رکھیں غلیظ باورچی خانہ میں زیادہ دیر بیٹھنے سے بیوی کی صحت خراب ہو جاتی ہے غلیظ چوکے میں نہ پکانے کو جی چاہتا ہے نہ کھانے کو صاف ستھرے چوکے میں بیٹھ کر کھانا کھانے سے دل کو خوشی حاصل ہوتی ہے اور خوشی سے کھانا کھانے کو خواہ مخواہ جی چاہتا ہے طبی نقطہ خیال سے

خوشی سے کھانا کھایا جائے وہ جلد ہضم ہو کر جزو بدن ہو کر جاتا ہے۔ اسلئے عورتوں کو باورچی خانے کی طرف خاص توجہ دینی چاہیئے

فضول خرچی

ہمارے مصارف بہت زیادہ ہیں۔ اسلئے ضرورتیں بہت زیادہ بڑھ گئی ہیں۔ ہم نے اپنی زندگی کی ضروریات میں ایسی چیزوں کو شامل کر لیا ہے جو امیروں کے لیئے ضروری تھیں جس کا نتیجہ یہ ہے کہ متوسط درجے کے شوہر عام طور پر مقروض ہوتے ہیں۔ اور اگر کوئی شوہر مقروض نہیں تو وہ خدا کا شکر ادا کرتا ہے۔ لیکن جو کہیں مزدوری جاتی رہتی ہے۔ ملازمت چھوٹ گئی یا بیماری کیوجہ سے اخراجات بڑھ گئے تو بس پرماتما کے سوا کسی کا سہارا نہیں یاد رکھنا چاہیے کہ آمدنی سے زیادہ خرچ کرنا سخت غلطی ہے چادر دیکھ کر پاؤں پھیلانے چاہیئں جس چیز کے بغیر تمہارا گزارہ آسانی سے ہو سکتا ہے۔ اسے ہرگز مت خریدو انگریزی پڑھی لکھی عورتیں فضول خرچ واقع ہوتی ہیں انہیں چاہیے کہ ہر ماہ کچھ نہ کچھ ضرور پس انداز کریں تاکہ بوقت ضرورت کام آئے کفایت شعاری سے کام لینے سے یہ مراد نہیں کہ کنجوسی کی جائے بلکہ غیر ضروری چیزوں پر روپیہ برباد نہ کیا جائے اور جو کام ایک پیسے میں ہو سکتا ہے اس کے لیے دو پیسے ضائع نہ کریں۔

گھر کا حساب کتاب باقاعدہ رکھو آمدنی کے مطابق اخراجات کا بجٹ بنا بجٹ سے زیادہ خرچ کرنا غلطی ہے ہر ماہ کچھ نہ کچھ پس انداز کرنا چاہیئے کئی دفعہ انسان بیماری کا شکار ہو جاتا ہے۔ یا آمدنی کے ذرائع بند ہو جاتے ہیں تو ایسے موقعوں پر جمع کیا ہوا روپیہ کام آتا ہے۔ جو آمد و خرچ کا باقاعدہ

حساب نہیں رکھنے وہ بعض اوقات سخت تکالیف اٹھاتے ہیں۔

کوئی مہمان آجائے تو اسکے ساتھ محبت سے پیش آؤ جہاں تک ہو سکے اس کی آؤ بھگت میں کوئی کسر نہ اٹھا رکھو دشمن بھی آجائے تو اس کے ساتھ اچھا سلوک کرو تمہارے حسن سلوک سے وہ دل ہی میں شرمندہ ہوگا۔ اور دشمنی کا خیال دل سے نکال دیگا مہمان نوازی میں تکلف نہیں کرنا چاہیئے ہاں محبت کا اظہار ضرور کرنا چاہیئے گھر میں اگر دال بنتی ہے تو تمہاری حیثیت اس سے زیادہ نہیں تو محبت سے مہمان کے سامنے دال ہی پیش کر دو

عورتوں کی زبانی

سینکڑوں نہیں ہزاروں مثالیں موجود ہیں کہ ایک اچھے خاصے شریف اور محبت کرنیوالے خاوند کا دل بیوی سے محض اسلئے پھر گیا کہ بیوی بدزبان ہے اور بغیر سوچے سمجھے جو کچھ منہ آیا خاوند کو کہہ دیا یاد رکھنا چاہیئے کہ خاوند تلخ کوئی گوارہ نہیں کر سکتا بیوی کو یہ موقع کبھی نہیں دینا چاہیئے کہ خاوند اس کی بدکلامی کو شربت کے گھونٹ کی طرح پی جائے عورت کی سب سے بڑی صفت یہ ہے کہ وہ شیریں زبان ہو مقولہ ہے کہ میٹھی زبان سے ہاتھی کو انسان ایک بال سے باندھ سکتا ہے شیریں زبان ایک ایسا جادو ہے جو ہمیشہ دوسرے پہ اثر کرتا ہے اس جادو سے مہربان خاوند کو مہربان بنایا جا سکتا ہے بعض عورتیں خاوندوں کیساتھ اچھی طرح سے پیش آتی ہیں اور اپنی زبان کو قابو میں رکھتی ہیں مگر خاوند کے رشتہ داروں سے سخت بدزبانی سے پیش آتی ہیں خاوند جب بار بار دیکھتا ہے کہ اسکی بیوی نہ ساس کا احترام کرتی ہے نہ نند کا تو اسے بڑا معلوم ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ اپنی بیوی سے نفرت ہو جاتی ہے بدزبانی خواہ خاوند کیساتھ کیجائے یا اس کے رشتہ داروں کیساتھ اس کا نتیجہ خصوصًا عورت کے لئے برا ہوتا ہے سمجھدار عورتیں خاوند کے رشتہ داروں سے نیک برتاؤ کرتی ہیں مناسب بھی یہی ہے کہ ساس اور دوسرے رشتہ داروں کا احترام کیا جائے۔

حکیم علی ضیاء

خاوند کے آرام و آسائش کا خیال

یوں تو عورت کے لئے سب کچھ خاوند ہی ہے ہندوستان کے دو بڑے مذہب اسلام اور ہندو دھرم میں عورت کیلئے حکم ہے کہ وہ خاوند سے محبت ہی نہیں کرتی بلکہ قریب قریب اس کی پرستش کرے ہندو شاستروں میں تو یہاں تک لکھا ہے کہ استری اپنے پتی کو ایشور کا روپ سمجھے۔

روحانی عظمت کے علاوہ بیوی کو چاہیئے کہ وہ دنیاوی اُمور میں بھی خاوند کا ہر طرح سے خیال رکھے مثلاً خاوند کی پوشاک خوراک آرام و آسائش اور صحت وصفائی کی طرف توجہ دے خاوند کی خوشی کو اپنی خوشی اور اس کے غم کو اپنا غم سمجھے بیوی کو جاننا چاہیئے کہ خاوند کا مزاج کیسا ہے وہ کس بات سے خوش ہوتا ہے اور کس کھانے کو پسند کرتا ہے مرد کی اطاعت اور فرمانبرداری عورت کا فرض ہے بیوی کو چاہیئے کہ وہ اپنے خاوند کی ضروریات کو مقدم رکھے خود تکلیف اٹھا کر بھی خاوند کو سکھ پہنچائے عقلمند عورتیں خدمت سے خاوند کو گرویدہ بنا لیتی ہیں مرد عورت کے بس میں ہو جاتے تو وہ قدرتی طور پر عورت کی ضرورتوں کو پورا کرنے کی کوشش کرتا ہے ایسی عورتیں سکھ کی زندگی بسر کرتی ہیں جو عورتیں یہ سمجھتی ہیں کہ محض اپنی خوبصورتی کیوجہ سے وہ خاوند پر حکومت کر سکتی ہے وہ سخت غلطی پر ہیں یاد رکھنا چاہیئے کہ

خاوند خوبصورت بیوی کا غلام نہیں بلکہ خدمت گذار اور فرض شناس بیوی کا غلام بنتا ہے دن بھر کا تھکا ماندہ خاوند جب گھر شام کو لوٹتا ہے تو فرض شناس بیوی کو دیکھ کر اس کی تمام کلفتیں دور ہو جاتی ہیں مشہور یورپین کانگو لیتے لکھتا ہے کہ صرف فرمانبردار بیوی اگر خاوند پر حکومت بھی کرتی ہو تو حکومت معلوم نہ ہو خاوند کی فرمانبرداری بیوی کا فرض ہے۔

حکیم علی ضیاء

پہلے زمانے کی عورتیں

ایک زمانہ تھا کہ ایک عورت ہندوستانی عورت صبح کو بیدار ہو کر سب سے پہلے اپنے مذہبی فرائض ادا کرتی تھی اس کے بعد بچوں کی جسمانی صحت کی دیکھ بھال اور ان کے ضروری فرائض کی طرف متوجہ ہوتی ہے اور پھر باورچی خانہ میں مصروف ہوتی اس کے بعد گھر کے کاروبار چرخہ سلائی کتائی وغیرہ میں اتنی مصروف رہتی ہیں کہ سر اٹھانے کی فرصت نہ ملتی لیکن دفعتاً ہندوستانی نظام معاشرت میں ایک زبردست تبدیلی ہوئی انگریزی تعلیم کی چیخ و پکار ہونے لگی جس کی ابتداء ہوتے ہی مغربی ماحول میں ہماری عورتیں گھر گئیں اور بغیر سوچے سمجھے یورپین لیڈیوں کا سا رنگ روپ اختیار کرنے لگیں فیشن کی تیز و تند ہواؤں نے ان خواتین کو کچھ بنا دیا تعلیم کا دراصل منشا تو یہ تھا کہ دل و دماغ میں روشنی پیدا ہو انسان اپنے فرض کو سمجھے لیکن یہاں کی تعلیم کا منشاء کچھ دوسرا ہو گیا ہے۔

ہندوستان دنیا بھر میں مثال کے طور پر لایا تھا یہاں کی عورتیں کی نسبت کہا گیا ہے کہ وہ گھر کی دیویاں ہیں جن پر ملک کے بچے بچے کو آج تک ناز ہے اس لئے اب بھی عورتوں کا فرض ہے کہ وہ دنیا کے اس خیال

کو تبدیل نہ ہونے دیں عورتوں ہی کے ہاتھوں میں اپنے خاندان کی بہتری و بہبود ہے ان ہی کے اختیار میں نیک اور شریف اولاد پیدا کرنا ہے ہندوستانی معاشرت کے خلاف ورزی اور مغربی تہذیب کی پیروی کے افسوسناک نتائج روزمرہ ہمارے سامنے آتے ہیں شرم و حیا کے رخصت ہو جانے سے جو خرابیاں پیدا ہو رہی ہیں ان کو دیکھتے ہوئے ہماری عورتوں کو سوچنا چاہیئے کہ وہ کس طرف جا رہی ہیں۔

موجودہ زمانے کی انگریزی خواندہ عورتیں

انگریزی پڑھی لکھی عورتیں جب گھروں سے باہر نکلتی ہیں تو خوب بن سنور کر پاؤں میں ٹیڈی بوٹ سر پر باریک دوپٹہ مانگ ٹیڑھی اور آدھا سر ننگا جسم پر ریشمی جمپر جس میں سے چھاتیاں تک نظر آئیں ریشم عطر غازہ اور سرخی کی نمائش ہوتی ہے یہ سخت بے حیائی ہے یاد رکھنا چاہیئے کہ عورت کا بہترین زیور شرم و حیا ہے شرم و حیا والی عورتیں کس طرح بن سنور کر بازو ننگا اور سینے ابھار کر نہیں نکلتیں جنہیں اپنے خاندان کے ننگ و ناموس کا خیال ہو وہ اسی طرح بازاروں میں حسن و زیبائش نہیں کرتیں عورت کو اپنے خاوند کا دل لبھانے کیلئے گھر کی چار دیواری میں بن سنور کر رہنا چاہیئے مگر آجکل کی عورتوں کا فیشن ہو گیا ہے کہ گھر میں میلے کچیلے لباس میں رہتی ہیں اور باہر خوبصورت اور چمکیلے کپڑوں میں سج سجا کر تیز باں بن کر بازاروں کو دعوت نظارہ دیتی ہیں۔

یہ کتنی حماقت ہے کہ جس ایک ہستی کے سامنے زیادہ سے زیادہ دلکش اور دلفریب صورت میں رہنا چاہیئے اس کے سامنے عورت معمولی لباس میں

رہتی ہے اور بازار جانے وقت وہ اعلیٰ سے اعلیٰ لباس زیب تن کرتی ہے
اسکے معنی صاف ہیں کہ وہ دوسروں کو اپنا دلکش حسن دکھانا چاہتی ہے ایسی
عورتیں اپنے خاوند کیلئے سنگار نہیں کرتی بلکہ دوسروں کیلئے کرتی ہیں جن عورتوں نے
مغرب پرستی اپنی زندگی کا مقصد بنا لیا ہے وہ نتائج سے بے خبر ہو کر یورپین
فیشن اختیار کر رہی ہیں جس طرح طاعون یورپ سے آکر ہندوستان میں پھیل کر
ہماری ہلاکت و بربادی کا باعث ہوا ہے اسی طرح مغربی فیشن کی وبا بھی
ہندوستان میں پھیل کر ہماری بربادی اور تباہی کے سامان کر رہی ہے
ہماری عورتیں صبح سے شام تک اپنے فیشن کی تکمیل میں مصروف رہتی ہیں
عورتوں کی ضرورت بڑھ رہی ہے مرد جو کچھ کماتے ہیں عورتیں اسے اپنے فیشن
میں مصروف کر دیتی ہیں ۔ عام انگریزی خواندہ عورتیں خاوند کی آمدنی سے کچھ
بھی اندازہ کرنیکی کوشش نہیں کرتی ہیں اگر اتفاق سے کچھ بچ جائے تو وہ
اپنے لیے مزید سامان آرائش خرید لاتی ہیں ہم عورت کے سنگار
کے خلاف بلکہ یہ عورت کے لئے بہت ضروری ہے کیونکہ مرد کی یہ
قدرتی خواہش ہوتی ہے کہ اس کی بیوی زیادہ سے زیادہ دلکش صورت
اس کے سامنے آئے لیکن یہاں کی تو حالت ہی دگرگوں ہے عورتیں
گھروں میں تو معمولی لباس میں رہتی ہیں اور باہر بن سنور کر نکلتی ہیں
عورتوں نے دیسی جوتے چھوڑ کر بوٹ پہننے اختیار کر لیے ہیں
تو کوئی بری بات نہیں ہر اچھی چیز اختیار کر لینی چاہیئے لیکن اب
اونچی ایڑی والے بوٹ قبول ہو رہے ہیں حالانکہ یہ سخت ضرر
رساں ہیں نئی نویلی دلہن دن میں دس مرتبہ لڑکھڑا کر گرتی ہیں
کبھی پاؤں دائیں طرف کو بیٹھ گیا اور کبھی بائیں جانب کو لچک گیا کئی کئی روز

تک مالش کی ضرورت ہے اونچی ایڑی کے جوتے کی بدولت انگلستان
سے دو ہزار عورتیں سالانہ سیڑھیوں سے گر کر مر جاتی ہیں ایک جوتا
ہی کیا ہمارے ہاں ہر بات میں یورپ کی نقل اتاری جاتی ہے نفع نقصان کو
کوئی نہیں دیکھتا صرف لباس ہی کو دیکھیے ہندوستانی لباس میں بڑی
سہولت اور بے تکلفی ہے پھر وہ ہمارے ملک کی سردی گرمی کے مطابق
اس کے برخلاف یورپین لباس کو لیجئے پہننے میں دشوار اور اتارنے
میں تکالیف ہوتی ہیں اس طرح پہنا جاتا ہے۔ کہ کمر بندھی ہوئی شکم دبا
ہوا گردن کا اگلا اور پچھلا حصہ برہنہ یہ لباس ہندوستانی تہذیب
کے منافی ہی نہیں بلکہ مضر صحت ہے۔ اور سردی گرمی کے حملوں سے
نہیں بچاتا ۔

مغربی تہذیب و تمدن کی دلدادہ عورتیں فیشن میں اندھی ہو کر ہلاکت
کے گڑھے کی طرف بڑھ رہی ہیں انہیں جاننا چاہیئے کہ وہ نہایت پرخطر
راستہ اختیار کر رہی ہیں ہر ایک چیز اعتدال۔ اور حد کے اندر ہونی
چاہیئے ایسا لباس اور فیشن سراسر نقصان دہ ہے جو عورت کو غیر شریف
اور شوخ بنا دے ۔ ضرورت سے زیادہ فیشن اور آزادی
خواہش نفسانی کو بڑھاتی ہے ۔ جو عورت اور مرد دونوں کے
لئے کمزوری کا باعث ہے ۔

ختم شد

LIKE US ON
facebook
Tibbi Books for
Atiba Karam

حکیم حاجی علی ضیاء صابری

- فاضل طب والجراحت
- رجسٹرڈ نیشنل کونسل فار طب حکومت پاکستان
- فاضل قانون نظریہ مفرد اعضاء
- سابقہ فزیشن قرشی ہیلتھ سروس لاہور

0301-6914588

الحمد دواخانہ

386۔ فاطمہ جناح روڈ تلیانوالہ محلہ ساہیوال

الحمد